

Open Acces



Revisió científica:

Grup de Lípids de la  
CAMFiC

Revisió editorial:

Lurdes Alonso

Il·lustracions:

Elvira Zarza

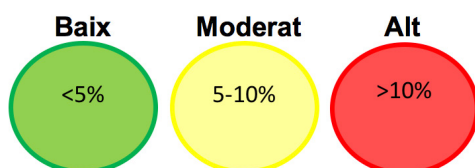
# Colesterol, infart i ictus, ¿què fer per reduir el risc?

M. Estrella Barceló, farmacòloga ICS

Cada any, moltes persones pateixen un infart o un ictus. Algunes d'aquestes persones tenen factors de risc cardiovascular que predisposen a patir-ne. Un d'aquests factors de risc és el colesterol, però no és l'únic.

**Quins altres factors de risc es coneixen?** Els més importants són l'edat, el sexe, el consum de tabac, la hipertensió arterial i la diabetis.

**Tothom té el mateix risc cardiovascular? No,** no és el mateix per a tothom. Es considera molt alt quan s'ha patit prèviament un infart o un ictus. **En la resta de casos,** el metge o la metgessa valoraran el risc cardiovascular individual si el colesterol total és superior a 200 mg/dl. Tindran en compte sobretot els valors del colesterol total, d'HDL («bo») i d'LDL («dolent») i la resta de factors de risc esmentats anteriorment. Mitjançant taules de risc adaptades a la població catalana (taules de Framingham-REGI-COR) s'estimarà el risc de patir esdeveniments coronaris durant els 10 anys següents. El resultat serà *baix*, *moderat* o *alt*.



**Com pot reduir-se el risc d'ictus o d'infart? Deixant de fumar, menjant sa, mantenint-se actiu i prenent els medicaments quan sigui necessari.**

Aquests canvis en l'estil de vida milloraran la vostra salut i reduiran el risc d'infart o d'ictus fins a un 30%.

**Quins fàrmacs són eficaços i poden ser necessaris?** Els medicaments per a



la diabetis, la hipertensió arterial, el colesterol i també els antiagregants (com l'aspirina) o els anticoagulants.

## I el tractament per baixar el colesterol?

El prenen molts pacients que han tingut un infart o un ictus. Sense infart o ictus previ, el tractament es valora en funció del risc coronari i de la resposta a la dieta i l'exercici. Les **estatinés** són el tractament més utilitzat. Redueixen el risc en un 25-35%.

## Efectes secundaris de les estatinés

Són fàrmacs generalment ben tolerats. En algun cas poden produir dolor muscular, debilitat o molèsties digestives. Aquests efectes solen ser lleus i transitoris. **Recordeu** que tots els medicaments poden produir efectes secundaris.

**Consulteu amb el vostre metge o metgessa** els dubtes que tingueu, i aneu a la consulta si no us trobeu bé.

**Com citar l'article:**

Barceló M.E, farmacòloga ICS. Colesterol, infart i ictus. Què fer per reduir el risc?. But At Prim Cat 2018;36:31