

# Statine, non sempre utili nei pazienti anziani

Riprendiamo la riflessione sulla sovramedicalizzazione, in particolare il consumo di medicinali spesso eccessivo e non adeguato ai nostri reali bisogni di salute. Questa volta parliamo di statine, quei farmaci che inibiscono la sintesi del colesterolo endogeno, che molti pazienti, in età più o meno avanzata, assumono su prescrizione medica. L'aumento del tasso di colesterolo è infatti uno di quei rischi sanitari che, sembra, colpisca molte persone, soprattutto nella società del benessere in cui viviamo. Ma sono sempre necessari e appropriati questi farmaci? Non secondo l'associazione Smartermedicine, che raccomanda di rinunciare a terapie con statine in persone oltre i 75 anni che non hanno sofferto di malattie cardiovascolari.

La raccomandazione fa parte dell'ultima lista Top-5 di trattamenti medici pubblicati da Smartermedicine-Choosing Wisely Svizzera e giudicati inutili, quando non dannosi, nell'ambito della medicina interna generale. Numerosi studi sulle statine eseguiti per comparare gli effetti della terapia nelle diverse fasce d'età, hanno infatti messo in luce che non vi sono benefici aggiunti nei pazienti che hanno più di 70 anni e ancor meno in quelli over 75 che non hanno mai avuto malattie cardiovascolari. L'invito alla prudenza per questo tipo di prescrizione medica preventiva è fatto proprio anche dai colleghi italiani di Altroconsumo (in collaborazione con Choosing Wisely Italy e Slow medicine) che in una specifica scheda indicano come i rischi connessi all'assunzione di questi farmaci potrebbero essere superiori ai benefici auspicati. In base ai risultati degli studi, la popolazione anziana, già per natura più fragile, appare più soggetta agli effetti indesiderati legati al trattamento con le statine (tossicità a livello muscolare, aumento degli enzimi del fegato, aumento dell'incidenza di diabete e possibile peggioramento del declino cognitivo).

Come indicato sopra ci si riferisce qui a prescrizioni relative a una prevenzione primaria, ossia mirate a trattare persone con rischio di malattie cardiovascolari ma che non hanno mai avuto problemi clinici di questa natura. Quando invece si tratta di prevenzione secondaria, ossia con pa-



zienti che hanno già avuto una malattia cardiovascolare, la decisione di ricorrere alle statine come cura è maggiormente giustificata e può essere presa d'intesa col paziente.

Ma noi, come consumatori-pazienti cosa possiamo fare? Dialogare col medico, capire perché sono state eventualmente prescritte delle statine, quali sono i benefici e i rischi di questa cura, soprattutto se siamo pazienti che hanno superato la settantina. La nostra tessera "5 domande da rivolgere al tuo medico" può essere di grande utilità. Adottare uno stile di vita salutare è inoltre un consiglio appropriato.

## Prevenire il rischio cardiovascolare

- Evitare o smettere di fumare
- Fare regolarmente attività fisica quotidiana. Anche camminare di buon passo mezz'ora al giorno va bene.
- Da privilegiare nell'alimentazione: prodotti integrali a base di cereali, leguminose, verdura e frutta di stagione quotidianamente, carne 1-2 volte la settimana, pesce 1-2 volte la settimana, frutta oleaginoso come noci, nocciole ecc., acqua del rubinetto, latticini freschi e olio d'oliva o di colza al posto di burro e margarina.

## Statine: a cosa servono?

Le statine inibiscono un enzima chiamato HMG-CoA, che controlla la produzione di colesterolo nel fegato. Bloccano l'enzima, rallentando così il processo di produzione di colesterolo.

Le statine sono selettive, ovvero sono in grado di ridurre la sintesi del colesterolo LDL (quello "cattivo"), lasciando inalterata quella del colesterolo HDL (quello "buono"). Sono inoltre in grado di ridurre i trigliceridi (lipidi presenti nel sangue).

## Per saperne di più:

- [www.smartermedicine.ch](http://www.smartermedicine.ch)
- [www.eoc.ch](http://www.eoc.ch) (pazienti>choosing wisely)
- [www.altroconsumo.it/salute/dal-medico/speciali/esami-inutili](http://www.altroconsumo.it/salute/dal-medico/speciali/esami-inutili)
- [www.acsi.ch/alleanza-contro-la-sovramedicalizzazione](http://www.acsi.ch/alleanza-contro-la-sovramedicalizzazione)