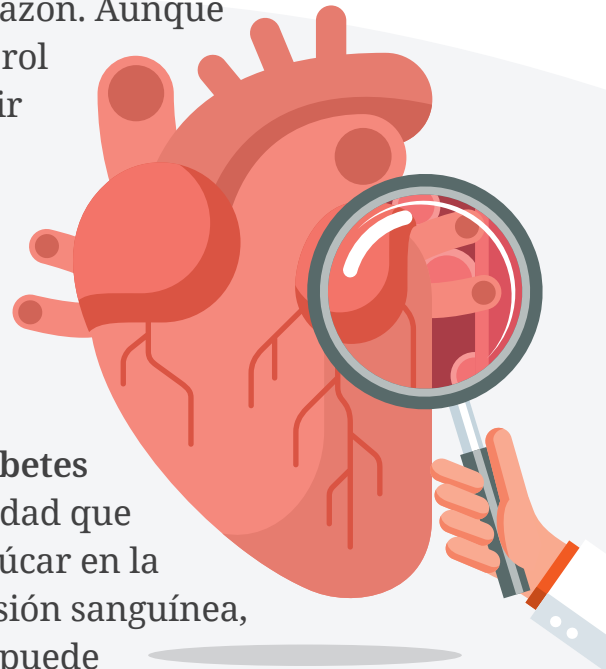


¿Qué son las estatinas y quién las necesita?

Las estatinas son un tipo de medicamento que ayudan a reducir el colesterol “malo” y aumentar el colesterol “bueno” del cuerpo. Con el tiempo, los altos niveles de colesterol malo en el cuerpo pueden provocar enfermedades del corazón. Aunque existen otros medicamentos para ayudar a bajar el colesterol alto, se ha comprobado que las estatinas ayudan a prevenir las enfermedades del corazón, como ataques cardíacos y derrames cerebrales. Algunas estatinas incluyen:

- atorvastatin (Lipitor)
- rosuvastatin (Crestor)
- lovastatin (Mevacor)
- simvastatin (Zocor)
- pravastatin (Pravachol)

Las estatinas son beneficiosas para las personas con diabetes o enfermedades del corazón. La diabetes es una enfermedad que se desarrolla cuando el cuerpo ya no puede procesar el azúcar en la sangre debidamente. La diabetes puede provocar alta presión sanguínea, ceguera, daño renal y en los nervios. La diabetes también puede aumentar el riesgo de desarrollar alguna enfermedad cardíaca.



Hable con su médico si tiene diabetes o una enfermedad cardíaca para saber si tomar una estatina sería beneficioso para usted. Las estatinas pueden interactuar con ciertos alimentos, medicamentos y suplementos. También pueden provocar efectos secundarios como diarrea, dolor muscular y articular, dolor de cabeza, debilidad y sarpullido en la piel. Dígale a su médico si ha tomado una estatina en el pasado y si le provocó algún efecto secundario. Es posible que su médico pueda cambiar su medicamento por otra estatina.



Mantenga una lista actualizada de sus medicamentos con usted y compártala con su médico. Hable con su médico de los posibles efectos secundarios y si sus medicamentos pudieran interactuar con los que toma actualmente.

Cómo desechar los medicamentos con seguridad

Guardar los medicamentos no utilizados, innecesarios o caducados puede poner a los demás en riesgo ya que pueden tomarlos por error o abusar de ellos. Ciertos medicamentos fuertes para el dolor (analgésicos) conocidos como opioides son muy dañinos o mortales cuando se toman sin la supervisión de un médico. A continuación, se muestran algunas maneras de desechar los medicamentos con seguridad:

- **Días nacionales para la devolución de medicamentos recetados:** El gobierno celebra estos días en abril y octubre para que pueda desechar los medicamentos. Puede localizar las fechas y los sitios de estos eventos en takebackday.dea.gov.
- **Sitios de recolección permanentes:** Algunas farmacias y comisarias cuentan con recipientes de recolección donde puede desechar sus medicamentos con seguridad a lo largo del año, sin ningún costo. Use el *localizador de sitios de recolección* en takebackday.dea.gov para localizar un sitio cerca de usted.
- **Paquetes DisposeRx:** Algunas farmacias ofrecen paquetes que contienen un polvo que, cuando se combina con agua, disuelve y cambia los opioides en un gel. Este gel se puede desechar en la basura con seguridad.



Los opioides como la hidrocodona (Vicodin, Norco) y oxycodona (Percocet, OxyContin) pueden ser eliminados por el inodoro si no puede usar uno de los métodos mencionados anteriormente. Visite medlineplus.gov/druginformation.html para conocer si otros medicamentos pueden ser eliminados con seguridad por el inodoro. Busque el nombre de su medicamento y oprima en la sección titulada: *¿Cómo debo almacenar o desechar este medicamento?*

Puede desechar otros medicamentos que no se pueden tirar al inodoro de manera segura en la basura siguiendo **todas** las siguientes instrucciones:

1. Remueva el medicamento de su recipiente original.
2. Mezcle el medicamento con algo que no se pueda comer, como café molido usado o arena para gato.
3. Coloque la mezcla en una bolsa plástica sellada y tírela en la basura.
4. Tache toda la información personal de la etiqueta de prescripción del frasco vacío.

Revise todos sus medicamentos con el médico habitualmente. Elimine sus medicamentos con seguridad cuando ya no los necesite. Llame al Departamento de Servicios para Miembros de OneCare gratuitamente al 1-877-412-2734 (TTY 711), las 24 horas al día, los 7 días de la semana. Contamos con personal que habla su idioma. Visítenos en www.caloptima.org.