

OCCHIO ALLE STATINE NEI PAZIENTI ANZIANI

Pratica indicata a rischio di inappropriately da AMGe - Associazione Scientifica Nazionale Multidisciplinare di Geriatria

Nei pazienti anziani con più di 80 anni, in particolare se fragili, è bene ponderare con grande prudenza l'opportunità di prescrivere statine in prevenzione primaria, ovvero per prevenire disturbi cardiovascolari in persone a rischio che non ne abbiano già sofferto.

CAPIAMO INSIEME PERCHÉ

La terapia con statine, farmaci che abbassano il livello di colesterolo nel sangue, può essere prescritta in prevenzione primaria o secondaria.

La prevenzione primaria mira a trattare persone con elevato rischio di malattie cardiovascolari, ma che non abbiano mai avuto in precedenza un problema clinico in questo ambito; nei pazienti anziani mancano solidi dati della letteratura scientifica a sostegno dell'utilità di questa terapia (i soggetti oltre gli 80 anni sono generalmente esclusi dagli studi clinici).

La prevenzione secondaria è invece indirizzata ai pazienti che hanno già avuto una malattia cardiovascolare (per esempio un infarto del miocardio o un ictus cerebrale), condizione in cui le statine si sono dimostrate efficaci nel ridurre il rischio di ricaduta di queste malattie.

Le statine vanno prescritte con prudenza negli anziani in quanto essi presentano

spesso diverse condizioni che possono aumentare il rischio di effetti indesiderati. In particolare:

- assunzione di diversi farmaci contemporaneamente (polifarmacoterapia), con possibili interazioni tra farmaci (vedi anche la scheda "Troppi farmaci insieme nei pazienti anziani");
- alterazioni della funzionalità dei reni o del fegato.

La popolazione anziana 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). Un altro aspetto importante da considerare è che le persone anziane possono essere per loro natura fragili, ovvero in uno stato di vulnerabilità legato all'invecchiamento, che comporta la diminuzione della capacità dell'organismo di far fronte adeguatamente a un evento avverso (per esempio un'influenza, una bronchite). Nei pazienti affetti da fragilità non vi sono indicazioni a iniziare o a continuare la terapia con statine in ambito di prevenzione primaria, perché questi farmaci non produrranno un beneficio clinico misurabile se l'aspettativa di vita è inferiore ai dieci anni.

Anche la prescrizione di statine in prevenzione secondaria andrà attentamente soppesata in questi soggetti.

QUANDO PUÒ ESSERE CONSIGLIABILE

Nei pazienti anziani con più di 80 anni la terapia con statine può essere indicata in prevenzione secondaria, secondo le indicazioni del medico.

In prevenzione primaria andrà considerata solo qualora vi sia un rischio cardiovascolare particolarmente elevato, a fronte di una attenta valutazione clinica del singolo paziente effettuata dal medico.

Progetto "Fare di più non significa fare meglio"
www.slowmedicine.it
www.choosingwiselyitaly.org
www.altroconsumo.it

CONTRO IL RISCHIO CARDIOVASCOLARE I CONSIGLI DI ALTROCONSUMO



- Non fumare
- Fare regolarmente attività fisica quotidiana (passeggiate, bicicletta, jogging, nuoto, danza, palestra...). Anche camminare di buon passo mezz'ora al giorno va bene.
- Introdurre nella dieta alimenti utili Tra i cibi che hanno un'azione benefica dimostrata sul colesterolo: cereali integrali (anche sotto forma di pane e pasta), in particolare avena e orzo; legumi (fagioli, lenticchie, ceci, da consumare più volte alla settimana); molta frutta e verdura in generale (soprattutto melanzane, carciofi, okra); noci, mandorle, nocciole, arachidi e pistacchi (senza sale); soia e derivati (meglio i fagioli di soia che i derivati); tè verde; gli steroli vegetali sono utili se assorbiti attraverso i cibi che ne sono ricchi, come i semi (certo meglio delle integrazioni ad alte dosi).
- Consumare pesce due volte a settimana . Si può scegliere tra pesce azzurro (sarde, sardine, sgombrì), tonno, salmone.
- Utilizzare l'olio di oliva per condire e in cucina, al posto del burro o altri grassi animali.
- Ridurre i cibi di origine animale, in particolare le carni rosse e i salumi, i formaggi, burro, margarina, cibi fritti.