

# NO OS MIDÁIS EL COLESTEROL, SED FELICES



POSTDATA (agosto 2014):

**Queridos niños que estáis de vacaciones en agosto:**

El Dr. Colesterol ha perdido la batalla, aunque ha ganado la guerra.

El British Medical Journal no tiene que eliminar los dos textos sobre el colesterol y la prevención primaria. Tienen sólo un error menor respecto a los efectos adversos de las estatinas y fue corregido,.

**Por ello, el Dr. Colesterol ha perdido su batalla.**

Mientras tanto, la agencia NICE (la que determina el valor de los medicamentos en el Reino Unido) ha recomendado mayor uso de las estatinas, tal y como propone el Dr. Colesterol. Según la nueva recomendación habrá millones de ingleses tratados con estatinas. Es un gran negocio para la industria y un peligro para la vida de los ingleses.

**Por ello el Dr. Colesterol ha ganado la guerra.**

Son días tristes para los buenos médicos.

Los buenos médicos generales ingleses han pedido que NICE no haga recomendaciones hasta que no tenga todos los datos de los estudios, y han decidido que no seguirán su recomendación.

La respuesta de NICE es para reír (o llorar):

***«No siempre tenemos la posibilidad de obtener todos los datos no publicados, pero podemos hacer estimaciones de la probabilidad de que los datos no publicados afecten a nuestras***

## **conclusiones«**

Hay que confiar en los buenos médicos y temer a quienes buscan su propio interés por encima de la salud de las personas.

Recibid besos de vuestra maestra.

(Mayo de 2014)

## **¡NIÑOS! COPIAD Y TRAEDLO MAÑANA FIRMADO**

<http://www.actasanitaria.com/os-midais-el-colesterol-sed-felices/>

**¡A ver niños, silencio ya, por favor!**

**Mara y Andrés, poneos hoy en primera fila, que vuestros padres son médicos y no quiero problemas, tenéis que copiar exactamente lo que diga. Quiero que esta noche todos lo leáis en voz alta en casa, antes de cenar, y que lo firmen vuestros padres.**

[Jo, ¡que lata!]

[¡No hay derecho!]

[¡Enchufados!]

[Seño, no tengo con que escribir]

[¡Seño, seño, Mara me ha tirado el cuaderno al pasar...!]

[¿En qué cuaderno escribimos, o lo podemos hacer directamente en el ordenador?]

[¡Seño, nosotros estamos con la abuela, nos estamos separando!]

[¡Me estoy haciendo pis, ¿puedo salir?]

**[Cada uno lo escribe donde quiera, lo importante es que sea exactamente lo que digo. Empiezo:]**

**El Reino Unido es un país insular que pertenece a la Unión Europea.**

[¿Con mayúsculas «unión» y «europea»?]

[¡Seño, porfa, no tan deprisa, va muy deprisa]

[¡Seño, Paula me ha tirado una bolita!]

[¿Qué significa insular?]

[¡Mi tía se ha ido a vivir al Reino Unido, dice que todo el mundo habla inglés!]

**El Reino Unido tiene un régimen democrático muy antiguo y muy tolerante.**

**En el Reino Unido hay médicos de cabecera que son médicos generales a los que todo el mundo respeta mucho.**

[¡Seño, eso de médico de cabecera es como el médico del Seguro?]

[¿No hay allí pediatras? ¡Qué bien, así no ponen vacunas a los niños ni están todo el día pesándolos y tallándolos!]

[¿Son ricos esos médicos?]

[¡Seño, yo vi una película en que salía un médico malísimo!]

[Pues yo he estado en Londres y no he visto a ningún médico de cabecera]

[Mi abuelo fue médico de cabecera en Cerdanyola del Vallès]

**En el Reino Unido hay también médicos especialistas.**

**Los médicos generales y los especialistas juntos forman la Asociación de Médicos Británicos.**

**En total son más de 150.000 médicos.**

[Esto no lo copiés, entrad en Internet y mirad qué edificio tan bonito tienen, en Londres, en la Tavistock Square]

[Es verdad, es precioso]

[¡Tiene un reloj y una bandera! ¿Será la de los médicos?]

[Hay una verja grande, ¿tendrán miedo de que les roben?]

[¿Son ricos los médicos británicos?]

[Mi padre tiene un amigo que es médico allí, nació en Pakistán y trabaja en un pueblo. Fuimos a verlo y tenía una casa muy chuli, un perro grande, un gato siamés y seis hijos]

[Seguimos]

Los médicos de la Asociación de Médicos Británicos tienen muchas revistas y actividades científicas.

Pero hay una revista excepcional, que conocen todos los médicos del mundo.

Se llama «British Medical Journal».

[Copio en la pizarra el nombre de la revista]

[¡Jo, es un nombre facilísimo, en clase de inglés hemos hablado del «New York Times», que es de Nueva York!]

[¿Está en inglés la revista?]

[¿Es gratis?]

[¡Seño, Pedro me ha tirado un moco, es un guarro!]

El «British Medical Journal» es muy popular porque publica muchas cosas que interesan a los médicos para tratar mejor a sus pacientes.

La revista es gratis para los médicos de países pobres y los artículos más importantes son también gratis para todos los

médicos del mundo, por Internet.

Desde 2005 es directora del «British Medical Journal» una médico general, Fiona Godlee, que estudió medicina en Cambridge, se hizo médico general en Londres y luego estuvo en Estados Unidos, en Harvard.

Fiona está casada, vive con su marido y tiene dos hijos.

Ha cumplido ya los 52 años.

[Copio en la pizarra estos nombres y vamos a entrar en Internet para ver fotografías de Fiona]

[¿Cuándo sea mayor seré directora del «British Medical Journal»]

[¿Gana mucho dinero Fiona?]

[¿Por qué fue a Harvard? ¿Es una espía de Estados Unidos?]

[¿Qué vieja! ¿Hay que ser vieja para ser directora?]

[Tengo ganas de hacer pis, Señor, ¿puedo ir?]

[¿Me canso de copiar, ¿por qué nos lo cuenta y ya y no escribimos más?]

En el «British Medical Journal» se publicaron en año pasado dos artículos sobre el colesterol.

Los dos trabajos demostraban que el colesterol no es un problema.

Como dice un médico de cabecera español: «¡No se mida el colesterol. Sea feliz!»

En esos dos artículos había un error, de forma que ponían que los medicamentos para el colesterol hacen daño al 18% de los pacientes y por eso los dejaban de tomar los enfermos.

En realidad era el 17,4% y los autores publicaron una

corrección, diciendo también que ese resultado era sólo de un estudio hecho en Estados Unidos y que a lo mejor en otros lugares sería distinto.

Pero en el Reino Unido hay un «Dr. Colesterol» que se junta con sus amigos y todo el día mete miedo con el colesterol, con las comidas, con estar sentado viendo partidos de fútbol en la televisión y sólo piensa en vender y vender medicamentos para el colesterol.

[¿Puedo ir a beber? ¡Tengo mucha sed!]

[¿Gana mucho dinero el «Dr. Colesterol»?]

[¡Seño, Carlos me está molestando!]

[¡Seño, Seño, hay una paloma en la ventana!]

[Seño, ¿queda mucho?]

[Seño, el «Dr. Colesterol», ¿tiene cara de cerdo? Mi madre dice que el cerdo es todo colesterol]

[A mí cuanto más colesterol más me gustan las cosas. Sobre todo los torreznillos que prepara mi abuela. Esta noche nos los ha prometido. ¡Huum...!]

[Mi tía dice que el colesterol es malísimo y todo el día está haciéndose análisis]

El «Dr. Colesterol» fue a visitar a Fiona para decirle que tenía que borrar esos dos artículos, que estaban mal lo que decían del daño de los medicamentos para el colesterol.

Fiona le explicó que se había corregido el error y que podía escribir una carta al «British Medical Journal» si no le parecía bien que el colesterol no fuera un problema.

El «Dr Colesterol» se fue enfurecido del despacho de Fiona y se fue a ver a los periodistas sensacionalistas.

[¿Qué es eso, qué es un periodista sensacionalista?]

[Mi padre dice que los de CafeAMBLlet son periodistas sensacionalistas, pero mi tío, el hermano de mi madre, dice que son muy buenos y muy valientes]

[Seguro que le subió el colesterol al «Dr Colesterol». Enfadarse es muy malo para el corazón, lo leí en «Muy Interesante»]

**Ahora hay muchos amigos del «Dr Colesterol» que tienen dinero de los que hacen los medicamentos para el colesterol y que quieren echar a Fiona.**

**Estos medicamentos se llaman estatinas y son muy buenos para cuando te ha dado un infarto.**

**Pero las estatinas no valen para nada ni el colesterol tiene importancia si no has tenido enfermedad coronaria (enfermedad del corazón).**

**No hay que medirse el colesterol, hay que ser feliz.**

[Seño, como nos estamos separando mi madre dice que es muy infeliz. Va al médico y le hacen análisis y le dice que tiene el colesterol alto y le manda pastillas. ¿Sería mejor que le buscase un novio y fuese feliz?]

[Mi padre dice que eso de la felicidad es de los budistas, una tontería]

[Seño, ¿si soy médico feliz ganaré más dinero?]

[Un amigo mío dice que su padre come de todo lo que le gusta y que luego se toma una pastilla para el colesterol y que no pasa nada]

[Mi tía compra todo sin colesterol y bajo en calorías]

[iSeño, Pedro ha vuelto a molestarme]

Los problemas del corazón los sufren sobre todo los pobres, porque son infelices, han ido poco tiempo a la escuela, comen mal, no tienen dinero, fuman mucho y no saben qué será de su vida mañana. Lo que hay que hacer es que todo el mundo vaya más a la escuela, tenga mejor formación y más trabajo, y que no haya pobres. El problema es social y psicológico, no biológico.

No hay que medirse el colesterol.

Hay que ser feliz.

Hay que disfrutar de la vida, incluso con sus inconvenientes.

Los medicamentos para el colesterol, las estatinas, son sólo para los que han tenido algún problema del corazón.

Las estatinas a veces producen graves daños.

Mi madre murió porque tomó Lipobay, por tener el colesterol alto, sin nada más, sin necesidad.

A mi madre el Lipobay «le comió» los músculos y le «atascó» los riñones, y se murió.

Luego prohibieron el Lipobay pero mi madre ya estaba muerta.

Las estatinas hacen daño a los músculos, al hígado y al páncreas, y pueden producir diabetes.

No hay que medirse el colesterol, hay que ser felices

[Seño, está llorando, ¿es por su madre?]

[Mi madre también murió, y yo lloro cuando me acuerdo. Se ahogó un día en la playa]

[¡No llore, Seño, que la queremos mucho!]

[Vamos a ser buenos, para que sea feliz y no le suba el colesterol]



[Esta noche se lo leo a mi abuela, siempre habla muy bien de usted, Señor]

## **NOTA**

Si quiere leer sobre este problema real del «British Medical Journal» en que se juega su independencia de las industrias, en los dos primeros enlaces, abajo, tiene la historia (en la versión en inglés va la bibliografía).

Este problema se refiere a poder, dinero y censura, y a la libertad científica que busca poner límites a una Medicina desbocada en manos de las industrias que anteponen los beneficios de los accionistas a la salud de pacientes y poblaciones. Es un problema que nos atañe a todos.

1. Los efectos adversos de las estatinas como armas contra el British Medical Journal

<http://www.nogracias.eu/2014/05/19/los-efectos-adversos-de-las-estatinas-como-armas-contr-el-british-medical-journal/>

2. Adverse effects of statins as weapons against British Medical Journal

<http://www.nogracias.eu/2014/05/21/adverse-effects-statin-weapons-british-medical-journal/>

Sobre el problema de la cerivastatina, que hubo que retirar en 2002 tras provocar centenares de muertes (curiosamente, ni una sola en los ensayos clínicos) puede leer en español y en inglés

3. Seguridad de las estatinas. Cerivastatina, cientos de muertos en la práctica, ni uno solo en los ensayos clínicos

<http://equipocesca.org/el-resultado-intermedio-como-problema-clinico-y-de-salud-publica-a-proposito-de-la-mortalidad-por-cerivastatina/>

4. Statins safety. Hundreds of deaths because cerivastatin use in practice, no one in clinical trials.

<http://www.healthyskepticism.org/global/news/int/hsint2002-06>

Sobre los excesos de las estatinas, del mismo autor

5. Las hiperlipemias y la prevención primaria. Sin fundamento (texto de 1997, plenamente actual).

<http://equipocesca.org/las-hiperlipemias-y-la-prevencion-primaria-de-la-cardiopatia-isquemica/>

6. ¿Quién teme al colesterol? Nueva Laputa

<http://www.actasanitaria.com/quien-tema-el-colesterol-laputa/>

7. Menos es mejor. JUPITER como falacia. Las estatinas evitan accidentes domésticos y de tráfico, además de quemaduras y heridas

<http://medicocritico.blogspot.com.es/2010/07/el-mirador-de-juan-gervas-menos-es.html>

<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/19349320>

8. No se midan el colesterol, sean felices

<http://www.ideal.es/granada/v/20101013/sociedad/midan-colesterol-sean-felices-20101013.html>

9. Para formación continuada de médicos

<http://equipocesca.org/dislipemias/>

**Por Juan Gervas, médico general jubilado, Equipo CESCA (Madrid, España)**

**[jjgervas@gmail.com](mailto:jjgervas@gmail.com) [mpf1945@gmail.com](mailto:mpf1945@gmail.com) [www.equipocesca.org](http://www.equipocesca.org) @JuanGrvas**