

La inyección para el colesterol: cómo se pone, cómo se guarda y qué hacer si se olvida

Para quien recibe evolocumab o alirocumab, que se pone uno mismo con una pluma, o inclisirán, que pone un profesional sanitario.

PARA QUÉ SIRVE

Estos medicamentos bajan mucho el colesterol LDL. Tu hígado retira el colesterol LDL de la sangre con unos receptores, y una proteína llamada PCSK9 hace que haya menos. El evolocumab y el alirocumab son anticuerpos que bloquean esa proteína; el inclisirán hace que el hígado fabrique menos. Con más receptores, el hígado retira más colesterol LDL.

SE SUMAN A LO QUE YA TOMAS

Se usan junto con la estatina y los demás medicamentos para el colesterol que tengas pautados, o sin la estatina si no la puedes tomar. Sigue con todo ello y con la dieta: se suman. Si dejas la inyección, el colesterol puede volver a subir: no la dejes sin hablarlo con tu médico.

CADA CUÁNTO

Evolocumab: una inyección cada 2 semanas, o una vez al mes con tres plumas seguidas, en menos de 30 minutos.

Alirocumab: una inyección cada 2 semanas o cada 4 semanas; la de cada 4 semanas puede ser una inyección o dos seguidas, en dos sitios distintos.

Inclisirán: una inyección al empezar, otra a los 3 meses y después una cada 6 meses. Te la pone un profesional sanitario: tú no tienes que ponértela. Si te haces hemodiálisis, dilo: no se hace hasta al menos 72 horas después de la inyección.

SI TE LA PONES TÚ (EVOLOCUMAB O ALIROCUMAB), PASO A PASO

1. Sácala de la nevera antes

Saca una pluma de la caja y vuelve a guardar las demás en la nevera. Espera entre 30 y 45 minutos, según tu pluma (lo dicen sus instrucciones de uso), a que se atempere sola. No la calientes, no la agites y no la dejes al sol.

2. Mírala

Comprueba que es tu medicamento y tu dosis, que no está caducada y que el líquido se ve transparente, entre incoloro y amarillento, sin grumos ni partículas. Si se ha caído o está dañada, usa otra.

3. Elige el sitio

El muslo o la barriga, a más de 5 cm del ombligo; la parte de fuera del brazo, solo si te la pone otra persona. Cambia de sitio cada vez y evita la piel dolorida, amoratada, enrojecida o dura, las cicatrices y las estrías.

4. Limpia

Lávate las manos con agua y jabón. Limpia la piel con una toallita con alcohol y deja que se seque. No vuelvas a tocar la zona.

5. Inyecta

Quita el capuchón justo antes. Apoya la pluma sobre la piel en ángulo recto y empújala hasta el fondo; si te lo han enseñado así, pellizca o estira la piel. Según tu pluma, la inyección empieza al pulsar el botón o al apretarla contra la piel, con un clic. Mantenla apoyada hasta que termine, unos 15 a 20 segundos: sus instrucciones te dicen cómo comprobarlo.

6. Termina

Si sale una gota de sangre, aprieta con un algodón o una gasa, sin frotar. Tira la pluma y su capuchón en un contenedor para objetos punzantes, nunca a la basura, y pregunta a tu farmacéutico o a tu enfermera cómo deshacerte de él.

La primera vez, tu médico o tu enfermera te enseñarán a hacerlo: no te la pongas hasta que te lo hayan enseñado. Lee siempre las instrucciones de uso que vienen en la caja de tu pluma.

SI SE TE OLVIDA UNA DOSIS

Medicamento	Qué hacer
Evolocumab	Póntela en cuanto puedas y llama a tu médico para que te diga cuándo toca la siguiente.
Alirocumab	Póntela en cuanto puedas; la siguiente, en su día de siempre.
Inclisirán	Si se te ha pasado la cita, pide otra cuanto antes. Con un retraso de menos de 3 meses, se pone y se sigue con el calendario de siempre; con más de 3 meses, se empieza de nuevo: una dosis, otra a los 3 meses y después cada 6 meses.

CÓMO SE GUARDA

En la nevera, entre 2 y 8 °C, dentro de su caja para protegerla de la luz; nunca en el congelador. Fuera de la nevera aguanta por debajo de 25 °C: el evolocumab, hasta 1 mes; el alirocumab, hasta 30 días, una sola vez. Pasado ese plazo, ya no se usa. El inclisirán no necesita nevera, pero tampoco se congela.

LO QUE PUEDES NOTAR

Es frecuente una reacción donde te has pinchado: enrojecimiento, picor, hinchazón, dolor o un moratón. Con el evolocumab y el alirocumab también son frecuentes los síntomas parecidos a un catarro.

APUNTA CADA INYECCIÓN

Anota el día de cada inyección en un calendario y, si te lo piden, el nombre y el número de lote del medicamento, que vienen en la caja.

EMBARAZO Y LACTANCIA

Si estás embarazada, crees que podrías estarlo, quieres quedarte embarazada o das el pecho, díselo a tu médico antes de seguir. Estos medicamentos no se recomiendan en el embarazo salvo que tu médico lo considere necesario.

CUÁNDO PEDIR AYUDA

- 1 Hinchazón de la cara, los labios, la lengua o la garganta, o dificultad para respirar:** llama al 112 (o al número de emergencias de tu país). No te pongas otra inyección sin hablarlo antes con tu médico.
- 2 Ronchas que pican, manchas rojizas en la piel, a veces con ampollas, o manchas de color morado:** no te pongas la siguiente inyección y consulta a tu médico enseguida.

Las tres hojas, en el ESPACIO de lípidos de CardioTeca: <https://www.cardioteca.com/espacio-lipidos.html>

CardioTeca (www.cardioteca.com), octubre de 2026. Informa; no sustituye a tu médico. Fuentes: fichas técnicas y prospectos de evolocumab, alirocumab e inclisirán (Agencia Española de Medicamentos y Productos Sanitarios y Agencia Europea de Medicamentos).