

**Nombre de alumnos:**

**Danna Itzel López Díaz.**

**Nombre del profesor:**

**Víctor Manuel Nery Gonzales.**

**Nombre del trabajo:**

**Dislipidemia.**

**Materia:**

**Submódulo I**

**Grado:**

**2 semestre**

**Grupo:**

**“U”**

## dislipidemia

Es una condición que se encuentra asociado al desarrollo de una gran cantidad de padecimientos crónico degenerativos como obesidad, hipertensión, diabetes mellitus, infarto agudo al miocardio, eventos vasculares cerebrales y otros.

Existen ciertos tipos de dislipidemia cuyo origen puede ser hereditario, aunque buena parte de las causas se asocian con el comportamiento, como ciertos hábitos poco adecuados y dietas nada saludables.

La prevención empieza por llevar los controles adecuados respecto de los valores de colesterol total.

Las visitas periódicas al médico con los oportunos controles, junto a un estilo de vida donde se lleve a cabo un ejercicio regular, se prescinda del tabaco y se cuide la dieta

Es preferible sustituir todo tipo de grasas animales por aceite de oliva, aguacates o almendras como fuente alternativa de grasas.

Reducir el consumo de alcohol o prescindir del mismo también favorece la prevención de la dislipidemia.