

1. (UDS)

UNIVERSIDAD DEL SURESTE

DOCENTE

SERGIO CHONG VELAZQUEZ

MATERIA

BIOQUIMICA II

ALUMNO

TRISTAN YAHIR DIAZ MAZARIEGOS

LICENCIATURA

MVZ

TRABAJO

Ensayo

FECHA DE ENTREGA

13 DE MARZO DEL 2022

## INTRODUCCIÓN

Los triglicéridos son un tipo de grasa. Son el tipo más común de grasa en su cuerpo. Proviene de alimentos, especialmente mantequilla, aceites y otras grasas que usted come. Los triglicéridos también provienen de calorías adicionales. Estas son las calorías que usted come pero que su cuerpo no necesita de inmediato.

Su cuerpo cambia estas calorías adicionales en triglicéridos, y los almacena en las células de grasa. Cuando su cuerpo necesita energía, libera los triglicéridos. Sus partículas de lipoproteína de muy baja densidad llevan los triglicéridos a sus tejidos.

Tener un alto nivel de triglicéridos puede aumentar el riesgo de enfermedades del corazón, como la enfermedad de las arterias coronarias.

## TRIGLICÉRIDOS

Los triglicéridos son una medición importante de la salud del corazón. A continuación, te explicamos por qué los triglicéridos son importantes y qué hacer si están demasiado altos. Si has estado controlando tu presión arterial y tus niveles de colesterol, hay algo más que podrías necesitar controlar: los triglicéridos.

Tener un nivel alto de triglicéridos en la sangre puede aumentar el riesgo de padecer una enfermedad cardíaca. Pero las mismas opciones de estilo de vida que promueven la salud en general también pueden ayudar a reducir los triglicéridos.

Igual Los triglicéridos son un tipo de grasa (lípidos) que se encuentran en la sangre. Cuando comes, el cuerpo convierte todas las calorías que no necesitas usar de inmediato en triglicéridos. Los triglicéridos se almacenan en las células grasas. Más tarde, las hormonas liberan triglicéridos para obtener energía entre las comidas. Si ingieres regularmente más calorías de las que quemas, en particular de alimentos ricos en carbohidratos, puedes tener los triglicéridos altos (hipertrigliceridemia).

Al igual que los humanos, los perros también pueden sufrir de “colesterol alto”. En los animales esta alteración se conoce como hiperlipemia, y debe ser controlada y tratada lo antes posible para evitar problemas de salud en nuestra mascota.

Las dietas altas en grasa pueden ser causa de hiperlipemia, pero esta alteración

también puede ser secundaria a enfermedades importantes como la diabetes, el hipotiroidismo, problemas hepáticos u obesidad, entre otras.

La hiperlipemia se detecta con un simple análisis de sangre y su tratamiento puede ir desde un simple cambio de dieta hasta la administración de diferentes medicamentos según sea su causa. Si quieres saber más sobre esta alteración, a continuación te explicamos cuáles son sus posibles causas y formas de tratamiento.

## **Importante mantener un nivel adecuado de triglicéridos**

Fundamentalmente por dos motivos. El primero es que cifras muy altas de triglicéridos en sangre pueden causar una pancreatitis aguda, que es una enfermedad caracterizada por la inflamación del páncreas, que cursa con dolor abdominal importante, y que somete al sujeto que la padece a un alto riesgo de morir en poco tiempo si existen complicaciones de este proceso, lo que ocurre en aproximadamente uno de cada diez pacientes.

La segunda causa es que se sabe actualmente que los triglicéridos son un factor independiente de riesgo cardiovascular, si bien en una magnitud inferior a la que produce el colesterol. No obstante, aun manteniendo éste en los límites adecuados, los triglicéridos comportan lo que denominamos un riesgo lipídico residual o remanente, que no es otra cosa que la posibilidad complementaria de sufrir una enfermedad cardiovascular pese a tener un nivel “normal” de colesterol.

## **nivel de triglicéridos adecuado**

Podríamos decir que depende del riesgo que queremos evitar. Así, se sabe que a partir de los 500 mg/dl, nivel considerado como muy alto, el riesgo de desarrollar una pancreatitis se incrementa. Por encima de 200 mg/dl se consideran ya elevados y constituyen un factor de riesgo cardiovascular. El nivel normal deseable

es aquel menor de 150 mg/dl. Entre 150-200 sería limítrofe alto.

## CONCLUSIÓN

Consulte con su médico de atención primaria. Él le orientará sobre el probable origen de esa elevación e iniciará el oportuno tratamiento dietético, que puede ser complementado con fármacos.

También juzgará si por su cuantía, o por la necesidad de un diagnóstico de precisión, precisa ser remitido a nuestra Unidad de Lípidos. En principio, dado que la causa más frecuente es el sobrepeso o la obesidad, reducir peso mediante una dieta baja en calorías es la medida más eficaz. Bajar un 5-10% del peso equivale a reducir un 20-30%, y en ocasiones normalizar, los niveles altos de triglicéridos.

Es conveniente que esa dieta no sea excesivamente rica en hidratos de carbono y debe ser pobre en azúcares refinados y fructosa, pues el organismo tiende a convertirlos en triglicéridos. También el alcohol está contraindicado en las hipertrigliceridemias, por lo que hay que prescindir de él si se tienen altos los triglicéridos.