



Universidad del Sureste

Escuela de Medicina

Materia:

METODOLOGIA DE LA INVESTIGACION

Cuadro sinóptico de colesterol y triglicéridos altos en adultos

Docente:

GLADIS ADILENE HERNANDEZ LOPEZ

Alumno: Alfredo Morales Julián

7-B

Lugar y fecha

Comitán de Domínguez Chiapas a 18/12/2022.

Colesterol y triglicéridos altos en adultos

¿Qué es?

Colesterol

El colesterol es una grasa que se produce en el hígado y que, además, podemos obtener de las carnes que consumimos. Este se encuentra en la membrana plasmática (capa exterior) de cada célula de nuestro organismo y se desplaza en la sangre en las moléculas conocidas como lipoproteínas. Del colesterol existen tres tipos conocidos:

- Lipoproteínas de muy baja densidad (VLDL)
- Lipoproteínas de baja densidad (LDL)
- Lipoproteínas de alta densidad (HDL)

Triglicéridos

Los triglicéridos, al igual que el colesterol, son un tipo de grasa. Son, de hecho, la más común en nuestro organismo. Proviene de alimentos altos en grasas y de las calorías extra que consumimos. Estos se trasladan en el cuerpo a través del VLDL y son transformados en energía para mantenernos activos.

¿Qué causa tener el colesterol y triglicéridos altos?

Existen diversos factores que pueden tener incidencia en el padecimiento de colesterol y triglicéridos altos. Algunos están relacionados al estilo de vida propio del paciente, mientras que otros no.

Dentro del primer grupo, relacionado a cómo es la vida del paciente, se encuentran:

- Llevar una dieta con más calorías de las necesarias.
- Exceso de alimentos altos en grasas.
- El sedentarismo.
- Consumo de alcohol en exceso.
- Fumar.

Factores de riesgo

Diabetes, enfermedad renal o del hígado, síndrome de ovárico poliquístico, las afecciones que aumentan los niveles de hormonas femeninas, enfermedades tiroideas

Tratamiento

Deben seguir un adecuado tratamiento dietético que se basa en la restricción de las grasas saturadas o de origen animal por debajo del 10 por ciento del contenido calórico total y de colesterol por debajo de 300 mg. diarios.

**Colesterol y
triglicéridos
altos en
adultos**

**Valores normales
de laboratorios**

Valores normales y elevados del Perfil Lipídico

Colesterol total

Por debajo de 200 mg/dl	Deseable
200-239 mg/dl	Límite alto
240 mg/dl	Alto
Por debajo de 180 mg/dl (menor de 18 años)	Deseable

Colesterol LDL

Por debajo de 100 mg/dl	Óptimo o ideal
100-129 mg/dl	Bueno
130-159 mg/dl	Límite alto
160-189 mg/dl	Alto
190 mg/dl y superior	Muy alto

Colesterol HDL

Menos de 40 mg/dl	Factor de riesgo cardiovascular
60 mg/dl y superior	Mayor protección contra la enfermedad cardiovascular

Triglicéridos

Por debajo de 150 mg/dl	Deseable
150-199 mg/dl	Límite alto
200-499 mg/dl	Altos
Superiores a 500 mg/dl	Existe riesgo de pancreatitis

Referencias:

<https://www.clinicasanfelipe.com/articulos/colesterol-trigliceridos-altos-cuales-son-las-causas>

<https://www.cun.es/enfermedades-tratamientos/enfermedades/hiperlipemias#:~:text=Las%20hiperlipemias%20combinadas%20pueden%20tratarse,la%20diabetes%2C%20y%20el%20pr%20obucol.>

<https://www.colesterolfamiliar.org/hipercolesterolemia-familiar/colesterol-y-trigliceridos/>