

## Colesterol: Qué es y cuándo está alto. Algunos consejos.

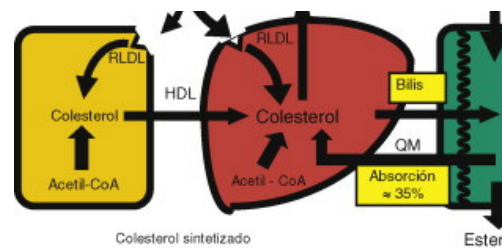
### ¿QUÉ ES?

- El colesterol es una molécula con múltiples e importantes funciones en nuestro organismo. Presente en las lipoproteínas, formando membranas celulares, a.biliares, vit D y hormonas esteroideas.
- El incremento del mismo por encima de los valores normales es debida a un incremento de los perfiles de lípidos o lipoproteínas en sangre.

### TIPOS DE HIPERLIPIDEMIAS

- PRIMARIAS: con base probablemente genética
- SECUNDARIAS: consecuencia de otras alteraciones como diabetes, enfermedad tiroides, trastornos hepáticos, renales... y de la obesidad y el consumo de alcohol o de fármacos.

### ¿CÓMO SE FORMA EL COLESTEROL?



- 1. LA VÍA INTESTINAL O EXÓGENA:

INTESTINO DELGADO quilomicrones (colest+ TG) → SANGRE → MÚSCULO Y TEJ. ADIPOSO → quilomicrones restantes (que contienen colesterol) HÍGADO (Se usa para sintetizar VLDL o bilis)

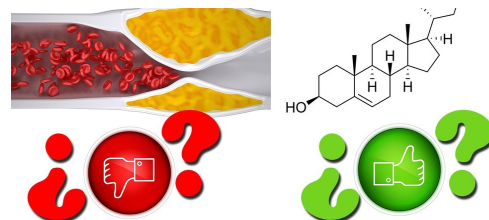
- 2.- VIA ENDÓGENA o HEPÁTICA

HÍGADO se sintetizan TG y le llega colesterol esterificado, con ello forma VDL → SANGRE → TEJIDO ADIPOSO Y MÚSCULO ESQUELÉTICO, donde eliminan los TG → se convierten en IDL → HÍGADO ricas en colesterol, → se forman VLDL o LDL

### ¿QUÉ TIPOS HAY?

#### LIPOPROTEINAS DE BAJA DENSIDAD

- LDL → colesterol malo
- ↑ cantidad → inicio de proceso aterosclerótico



#### LIPOPROTEINAS DE ALTA DENSIDAD

- HDL → colesterol bueno,
- Participa en el transporte inverso del colesterol; facilita la eliminación de la placa aterosclerótica



## Colesterol: Qué es y cuándo está alto. Algunos consejos.

### ¿CÓMO ME LO PUEDEN DIAGNOSTICAR?

El diagnóstico de la hiperlipidemia depende de un perfil de lípidos completos del paciente (colesterol total, triglicéridos, LDL y HDL) después de un ayuno nocturno.

Se mide:

- el colesterol sérico total,
- los triglicéridos totales
- la cantidad de colesterol transportado en la fracción de HDL.
- La cantidad de LDL

La relación entre las diferentes fracciones de lípidos puede entonces utilizarse como un medio para determinar el riesgo de un individuo de desarrollar cardiopatía coronaria y otras enfermedades relacionadas con aterosclerosis.



### ÍNDICES ATEROGÉNICOS

- colesterol total: aconsejable hasta 200 mg/dl
- colesterol LDL o "malo": aconsejable que no supere

130 mg/dl

- colesterol HDL o "bueno": aconsejable > 40 - 50 mg/dl

### ¿CÓMO ES EL TRATAMIENTO?

PREVENCIÓN: MODO DE VIDA SALUDABLE

1- Alimentación

2- Ejercicio físico

3- Peso saludable :IMC

4- Activos naturales: Complementos nutricionales: Omegas, fitoesteroles,, levadura de arroz rojo



TRATAMIENTO FARMACOTERAPÉUTICO POR NIVELES ELEVADOS de LDL:

#### ESTATINAS

Mecanismo de acción; Las estatinas son inhibidores de la enzima que cataliza la conversión de la HMG-CoA a mevalonato, que es un metabolito clave en la biosíntesis de colesterol.

Como farmacéuticas estamos a tu disposición para informarte sobre el mismo y hacer seguimiento de su evolución.

Marta y Teresa  
Manzanaro