

Hiperlipidemia

(Dislipidemia; Nivel elevado de triglicéridos; Triglicéridos, nivel elevado de)

Definición

La hiperlipidemia es el nivel elevado de grasas en la sangre. Estas grasas, llamadas lípidos, son el colesterol y los triglicéridos. Existen cinco tipos de hiperlipidemia. El tipo depende de qué lípido de la sangre está elevado.

Causas

Las causas pueden incluir:

- Antecedentes familiares de hiperlipidemia
- Una dieta con alto contenido en grasas totales, grasas saturadas o colesterol
- Obesidad
- Ciertas afecciones, por ejemplo:
 - Diabetes, Hipotiroidismo, Problemas renales, Enfermedad hepática, Síndrome de Cushing
- Algunos medicamentos, por ejemplo:
- Hormonas o anticonceptivos orales, Betabloqueantes, Algunos diuréticos, Medicamentos con cortisona, Isotretinoína (para el acné), Algunos medicamentos contra el VIH

Factores de riesgo

Estos factores aumentan la probabilidad de desarrollar esta afección.

Informe al médico si presenta alguno de los siguientes factores de riesgo:

- Edad avanzada, Sexo: masculino, Posmenopausia, Falta de ejercicio, Tabaquismo, Estrés, Abuso d

Síntomas

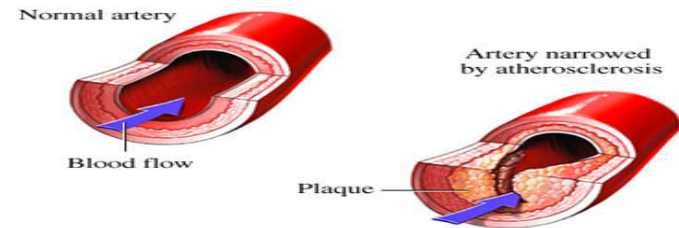
En general, la hiperlipidemia no provoca síntomas. Tener un nivel muy alto de lípidos o triglicéridos puede provocar:

- Acumulación de grasa en la piel o los tendones (xantomas)
- Dolor, aumento de tamaño o inflamación de los órganos como el hígado, el bazo o el páncreas (pancreatitis)
- Obstrucción de los vasos sanguíneos del corazón y el cerebro

Si no se trata, el nivel elevado de lípidos puede provocar:

- Infarto de miocardio
- ACV
- Aterosclerosis (endurecimiento de las arterias)

Vaso sanguíneo con aterosclerosis



Tratamiento

La dieta, los cambios en el estilo de vida y los medicamentos pueden ayudar a tratar la hiperlipidemia.

- Cambios en la dieta
 - Coma una dieta con bajo contenido de colesterol. Reduzca o elimine la cantidad de alcohol que consume. Coma más alimentos con alto contenido de fibras.
- Cambios en el estilo de vida
 - Si tiene sobrepeso, adelgace. Si fuma, deje de hacerlo. Haga ejercicio con regularidad. Consulte con el médico antes de comenzar un programa de ejercicios. Es posible que presente endurecimiento de las arterias o una enfermedad cardíaca. Estas afecciones aumentan el riesgo de sufrir un infarto de miocardio al hacer ejercicio.

Medicamentos

Para tratar esta afección, existe una serie de medicamentos disponibles, como las estatinas. Consulte con el médico.

Prevención

Para ayudar a reducir sus probabilidades de desarrollar hiperlipidemia, tome las siguientes medidas:

- A partir de los 20 años de edad, hágase análisis de colesterol.
- Coma una dieta con bajo contenido de grasas totales, grasas saturadas y colesterol.
- Si fuma, deje de hacerlo. Si tiene sobrepeso, adelgace.
- Beba alcohol con moderación (dos vasos por día si es hombre y un vaso por día si es mujer).
- Haga ejercicios con regularidad. Primero, consulte con el médico.
- Si tiene diabetes, controle el nivel de azúcar en la sangre.
- Consulte con el médico acerca de los medicamentos que toma. Es posible que sus efectos secundarios provoquen hiperlipidemia.