



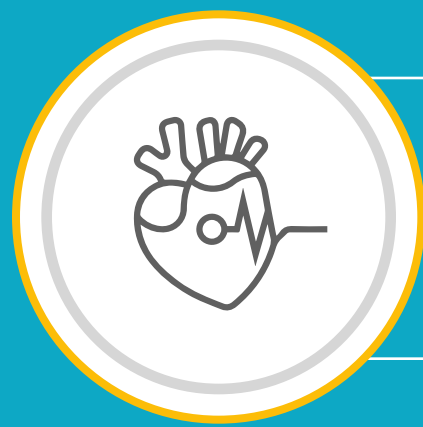
Dislipidemia

Dislipidemia: conoce como te afecta

La dislipidemia es una alteración metabólica en los niveles de lípidos en sangre, caracterizados por un aumento del colesterol, así como incrementos de las concentraciones de triglicéridos (TG) o también llamado hipertrigliceridemia.



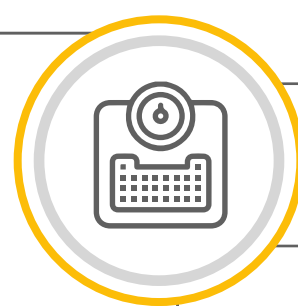
Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) para el 2016, las enfermedades cardiovasculares están entre las principales causas de mortalidad en la población adulta. La dislipidemia está estrechamente asociada a estas.



La dislipidemia es uno de los principales factores de riesgo de cardiopatía isquémica, primera causa de mortalidad en el mundo.

¿Cómo tratar la dislipidemia?

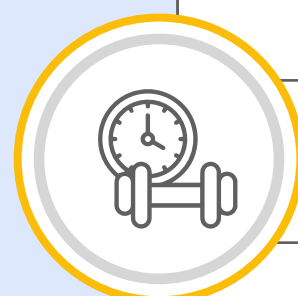
Por lo general, el mejor tratamiento consiste en:



Adelgazar si se tiene sobrepeso



Evitar fumar



Practicar la cantidad necesaria de ejercicio



Disminuir las grasas saturadas en la alimentación



Si es necesario, medicamentos según criterio médico.

La clave para evitar la dislipidemia está en llevar una vida saludable.