

Prueba de Colesterol: Panel de Lípidos

Tu cuerpo necesita colesterol para funcionar bien. Pero demasiado colesterol del malo eleva tu riesgo de enfermedad cardíaca, ataque cerebral y otros problemas de salud.

Un colesterol alto raramente causa síntomas.

Para saber tu nivel de colesterol necesitas una prueba de sangre.

Esta prueba se llama "panel de lípidos".

Antes de la prueba, tal vez te pidan que dejes de tomar o comer excepto agua, por varias horas.

Tal vez pidan que dejes de tomar ciertos medicamentos.

Sigue las instrucciones de tu médico para prepararte.

El panel de lípidos te informa: colesterol total, colesterol HDL, colesterol LDL, y nivel de triglicéridos.

El colesterol LDL a veces se llama colesterol malo. Es el que tapa tus arterias.

Los triglicéridos son otra forma de grasa. Niveles altos de colesterol LDL y triglicéridos no son buenos para tu salud.

El colesterol HDL a veces se llama buen colesterol. Barre el colesterol LDL de tus arterias para eliminarlo de tu cuerpo. El colesterol HDL te protege contra ataques cerebrales o del corazón.

Una vez que sepas tus niveles de colesterol, formularás un plan junto a tu profesional médico. Si tienes alto el colesterol, tal vez tu médico recomiende cambios de estilo de vida para reducirlo.

Los expertos recomiendan una prueba de detección del colesterol cada 4 a 6 años para los adultos de 20 años en adelante.

Si tienes enfermedad cardíaca o corres alto riesgo, tal vez necesites checar tus niveles con más frecuencia.