

# Números De Colesterol: Lo Que Significan Para Su Salud

¿Alguna vez ha recibido los resultados de sus pruebas de colesterol y se ha preguntado lo que los números realmente significan para su salud?

Bueno... depende.

Le presentamos a Yolanda y a Gabriel.

Ellos tienen los mismos niveles de colesterol.

Pero, lo que esos números significan para su salud en general...  
y para su riesgo de tener un ataque cardíaco o un ataque cerebral, puede sorprenderle.

Cuando vi mis niveles, pensé que eran altos... y me preocupé mucho.

Pensé que iba a tener que empezar a tomar medicamentos el resto de mi vida.

Mis niveles ya habían estado algo altos...  
pero nunca había tenido que hacer nada para bajarlos.

Pero soy mayor... y bueno, no estoy tan sano como solía estarlo...  
y ahora mis niveles están aún más altos.

No estaba seguro de lo que eso significaba para mí.

Me sorprendí y fue un alivio cuando mi médico me dijo que tal vez no tenía que tomar medicamentos.

Dijo que tenemos que considerar mi salud en general para determinar eso.

Me preguntó muchas cosas, como si tengo diabetes o si fumo.

Yo le dije que 'no'.

Luego hablamos de por qué mi riesgo de tener un ataque al corazón es bajo, a pesar de que mi colesterol está un poco alto.

Cuando entendí lo que significan los números...y gracias a los consejos de mi médico...  
me di cuenta de que no necesitaba medicamentos.

También hablamos de por qué no estoy tan sana como podría.

Así que estoy tratando de comer alimentos más saludables y bajar algo de peso.

Este programa es solo para fines informativos. El editor se deslinda de cualquier garantía, con respecto a la exactitud, integridad o idoneidad de este video para la toma de decisiones médicas. Para todo asunto relacionado con la salud, por favor consulte a su profesional médico.



# Números De Colesterol: Lo Que Significan Para Su Salud

Mi médico revisó las cifras conmigo y examinamos mi riesgo.

Mi riesgo era bastante alto.

Él me mostró que hay algunas cosas que pueden ayudar a determinar mi riesgo.

Que no se trata solo de mi colesterol.

Otros factores... como mi presión arterial...  
me ponen en riesgo de tener un ataque al corazón o un ataque cerebral.

Y... simplemente ser mayor y ser hombre aumenta mi riesgo.

No puedo cambiar mi edad ni el hecho de ser hombre...

Pero puedo hacer cosas para mantener mi corazón sano.

Voy a tratar de vivir de una manera más saludable y hacer más ejercicio.

El médico me dijo que hacer estas cosas y tomar medicamentos puede ayudar.

El colesterol es solo una parte de su salud.

Y lo que ciertos números significan para usted puede ser diferente de lo que significan para otra persona.

Su médico puede ayudarle a determinar cómo sus niveles de colesterol encajan en su riesgo general.