

TRIGLICERIDOS Y DIABETES

¿Qué son los triglicéridos?

Los triglicéridos son un tipo de grasa que transporta la sangre. Al igual que el colesterol, se producen a partir la ingesta de algunos alimentos, o desde el propio cuerpo.

Ni los niveles de triglicéridos, ni los de LDL muy altos son saludables.

Un nivel elevado de triglicéridos puede aumentar el riesgo de enfermedades de corazón o propiciar un accidente cerebral.

Niveles recomendados para el colesterol y triglicéridos

La Asociación Americana de la Diabetes sugiere que los siguientes son los niveles recomendables para la mayoría de las personas con diabetes:

- Colesterol LDL menor de 100 mg/dl.
- Colesterol HDL más 40 mg/dl en los hombres y más de 50 mg / dl para las mujeres.
- Triglicéridos a 150 mg/dl.

¿Por qué mantener niveles adecuados de colesterol y triglicéridos es importante?

Gestionando tu colesterol y tus niveles de triglicéridos, se puede ayudar a reducir el riesgo de enfermedad cardiaca y accidente cerebrovascular.

Las enfermedades cardiacas son una de las principales causas de muerte en personas con diabetes.

El contenido que se proporciona en esta página web es información general. En ningún caso debe sustituir ni la consulta, ni el tratamiento, ni las recomendaciones de tu médico.