



American Heart Association®

Check. Change. Control.  
Cholesterol™

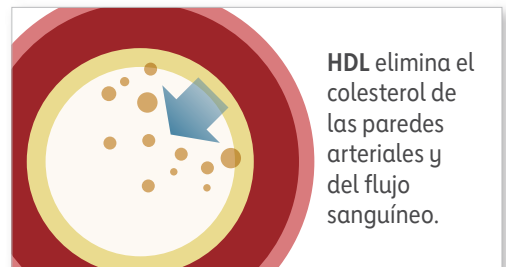
## PUNTUACIÓN DE COLESTEROL

El **COLESTEROL** es una sustancia cerosa que es producida y liberada al flujo sanguíneo por células en el hígado. El cuerpo usa colesterol para formar membranas celulares, ayudar en la digestión, convertir la vitamina D de la piel y desarrollar hormonas. El colesterol consiste de dos proteínas especiales llamadas **lipoproteínas de alta densidad** y **lipoproteínas de baja densidad**, además de grasas llamadas **triglicéridos**. Su puntuación de colesterol es una medida de estos tres componentes clave del colesterol.

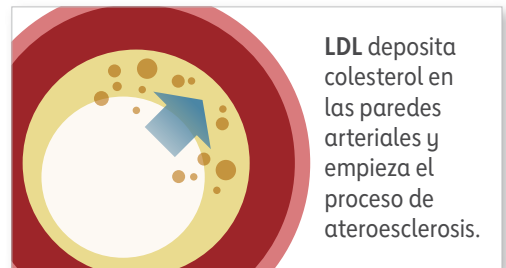
- 1** A las **Lipoproteínas de alta densidad (HDL)** se les llama colesterol BUENO porque eliminan colesterol del flujo sanguíneo y de las paredes arteriales. Una puntuación más alta de HDL es mejor y mejorará su puntuación de colesterol en general.
- 2** Las **lipoproteínas de baja densidad (LDL)** se consideran colesterol MALO. Aunque transportan colesterol a todas partes del cuerpo, demasiado LDL en el sistema puede causar arteriopatía coronaria, debido a la acumulación de depósitos de LDL en las paredes arteriales.
- 3** Los **triglicéridos** son un tipo de grasa que está empacada con colesterol cuando se forman lipoproteínas en las células del hígado. Los triglicéridos se almacenan en la grasa por todo el cuerpo y pueden ser una fuente de energía, como los carbohidratos. Una puntuación de triglicéridos más alta de la normal puede significar que tiene una mayor posibilidad de desarrollar arteriopatía coronaria.



El **colesterol** se forma en el hígado y se libera al flujo sanguíneo.



**HDL** elimina el colesterol de las paredes arteriales y del flujo sanguíneo.



**LDL** deposita colesterol en las paredes arteriales y empieza el proceso de aterosclerosis.



El colesterol y los **triglicéridos** forman el núcleo de todas las lipoproteínas. Los niveles de triglicéridos deben mantenerse bajos.

HDL + LDL + 20% Triglicéridos = **PUNTUACIÓN TOTAL DE COLESTEROL**

National Supporter  
**SANOBI** **REGENERON**

Puede obtener más información sobre el colesterol en [heart.org/Cholesterol](http://heart.org/Cholesterol)