

# MES DEL COLESTEROL

## ¿BUENO o MALO?

Para mantenerse sano y evitar problemas cardíacos, es esencial controlar la cantidad de grasa en la sangre, prestando especial atención al:

### COLESTEROL TOTAL

El valor ideal es por debajo de los 200 mg/dl.

### COLESTEROL HDL

Las proteínas HDL están involucradas en la eliminación del exceso de colesterol de las arterias.

El valor ideal es por encima de los 60 mg/dl.



### COLESTEROL LDL

Un aumento de lipoproteínas LDL en el plasma está relacionado con un alto riesgo de enfermedad aterosclerótica.

El valor debe estar por debajo de los 130 mg/dl.



## CONTROLE SU COLESTEROL CON EL CHEQUEO QUE PROPONE EL C.D.C.

Colesterol total  
Colesterol HDL  
Colesterol LDL  
Triglicéridos

€ 12

SI LOS RESULTADOS SE ENCUENTRAN FUERA DEL RANGO NORMAL,  
COMUNÍQUESE CON SU MÉDICO DE CABECERA