



► 21 Diciembre, 2014

DOMINGO 21 DICIEMBRE 2014

Canarias7 saludable

3

Unidad de lípidos, ¿garantía de salud?

Hospital Perpetuo Socorro. El estudio, diagnóstico y tratamiento del metabolismo de los lípidos, fundamentalmente colesterol y triglicéridos, son el eje fundamental de una unidad de lípidos, servicio que se pondrá en marcha a principios del próximo año en el hospital bajo la dirección del doctor Gómez Díaz

CANARIAS7 SALUDABLE
LAS PALMAS DE GRAN CANARIA

El estudio, diagnóstico y tratamiento del metabolismo de los lípidos, fundamentalmente colesterol y triglicéridos, constituyen el eje fundamental de una unidad de lípidos. Un servicio que se pondrá en marcha a principios del próximo año en el Hospital Perpetuo Socorro bajo la dirección del doctor Gómez Díaz, especialista en medicina interna, y que con ella estrenará su singladura en este recinto hospitalario.

Desde el punto de vista de la medicina interna, comenta el doctor que ambos parámetros, colesterol y triglicéridos, nos llevan no sólo al estudio de la enfermedad ateromatosa o arterosclerótica, terminando la gran mayoría en eventos coronarios, sino que, muchas enfermedades se pueden manifestar por elevación de dichos parámetros como pueden ser la enfermedad renal crónica, la diabetes, la obesidad, el síndrome metabólico, el lupus, hepatopatías crónicas, hipotiroidismo, enfermedades hematológicas como el linfoma y el mieloma múltiple. «Por ejemplo, a una paciente con un colesterol de 600 miligramos y que no respondía a ningún tratamiento de los previamente utilizados, finalmente se le diagnosticó y trató de un hipotiroidismo severo, normalizándose los valores del colesterol sin necesidad de utilizar drogas contra los lípidos», explica el especialista del Hospital Perpetuo Socorro.

Por ello, una unidad de lípidos contribuye de manera determinante a descubrir muchas enfermedades, como el síndrome metabólico, muy en boga en la actualidad. Este síndrome se diagnostica a través de cinco criterios, esto es, aumento leve de la presión arterial, incremento del perímetro abdominal, con más de 102 centímetros en hombres y 88 en mujeres, un nivel de más de 150 miligramos en triglicéridos, y de más de 115 miligramos en glucosa y disminución de las partículas HDL colesterol a menos de 40 miligramos.

EVITAR INFARTOS. Este síndrome metabólico si se trata oportunamente evita la mayor tendencia aterogénica del mismo y la enfermedad coronaria precoz, evitando los infartos antes de los 55 años en los hombres y 65 años en mujeres.

«Es necesario acudir a esta unidad porque se quiera estudiar el metabolismo lipídico o porque



Especialista en medicina interna. El doctor Gómez Díaz dirigirá la unidad de lípidos del Hospital Perpetuo Socorro.

alguna analítica ha mostrado aumento de colesterol o triglicéridos para realizar estudios más exhaustivos». Con los datos obtenidos podemos regular perfectamente el metabolismo del paciente y evitar o retardar las consecuencias de las dislipemias. Prever o retardar la enfermedad coronaria y regular mejor las diabetes relacionadas con la obesidad son otros de sus objetivos.

«En casos avanzados de hiper-

colesterolemia y alteraciones de la circulación periférica es preciso hacer ecografías abdominales para descartar la presencia de posibles aneurismas aórticos con su debida vigilancia y contacto con cirugía vascular», concluye el responsable de la unidad de lípidos que estrenará a principios del próximo año el Hospital Perpetuo Socorro.

No sólo el colesterol, sino también la elevación de los tri-

glicéridos se está relacionando cada vez más como un factor de riesgo para la enfermedad coronaria. De hecho, se han realizado estudios en pacientes a los que se les ha aplicado tratamiento contra los triglicéridos elevados y a otros con placebo y que demuestran que las personas que fueron medicadas con el placebo, presentaban una mayor incidencia de enfermedad coronaria que las que fueron tratadas

con la medicación específica y observándose además, que la incidencia en mujeres doblaba a la de los hombres. De ahí la importancia no sólo de tratar esta enfermedad tan común en nuestros días sino de prevenirla. Esto se consigue con unas pruebas muy sencillas y rápidas que estarán disponibles próximamente en esta unidad del Hospital Perpetuo Socorro, concluye el especialista.

Recomendaciones

Medicación. Es necesario evitar ciertos medicamentos como esteroides, estrógenos, antiestrógenos, entre otros que pudieran estar dando lugar a hipertrigliceridemia o exacerbandola, explica el doctor Gómez.

Dietá. Una alimentación variada con amplia presencia de frutas y verduras frescas, más pescado que carne y una ingesta de agua de un litro y medio al día así como evitar fritos, rebozados y salsas en lo posible, nunca será una mala idea.

Ejercicio. Evitar el sedentarismo y realizar ejercicio físico con asiduidad es crucial. El ejercicio de caminar es capaz de producir un incremento de la HDL colesterol que puede reducir la aterogénesis.

Relajación. Importante resulta igualmente la reducción del estrés, aprender a tomarse la vida con calma. «Decía un médico del siglo XIX que la arteriosclerosis es el sedimento que las prisas dejan en nuestras arterias», asegura el responsable de la futura unidad de lípidos del Hospital Perpetuo Socorro.