



**Hacienda**  
Secretaría de Hacienda y Crédito Público



**nacional financiera**

# DISLIPIDEMIA

---



**2025**  
Año de  
La Mujer  
Indígena



# Definición

- Las dislipidemias son un conjunto de enfermedades asintomáticas, que son detectadas cuando se encuentran concentraciones sanguíneas anormales de colesterol total, triglicéridos y colesterol de alta densidad.





# Panorama

- Se encuentran dentro de los primeros factores de riesgo para muerte en México (por riesgo cardiovascular)
- Prevalencia de dislipidemia en México es de 36.7%



# Factores de riesgo relacionados

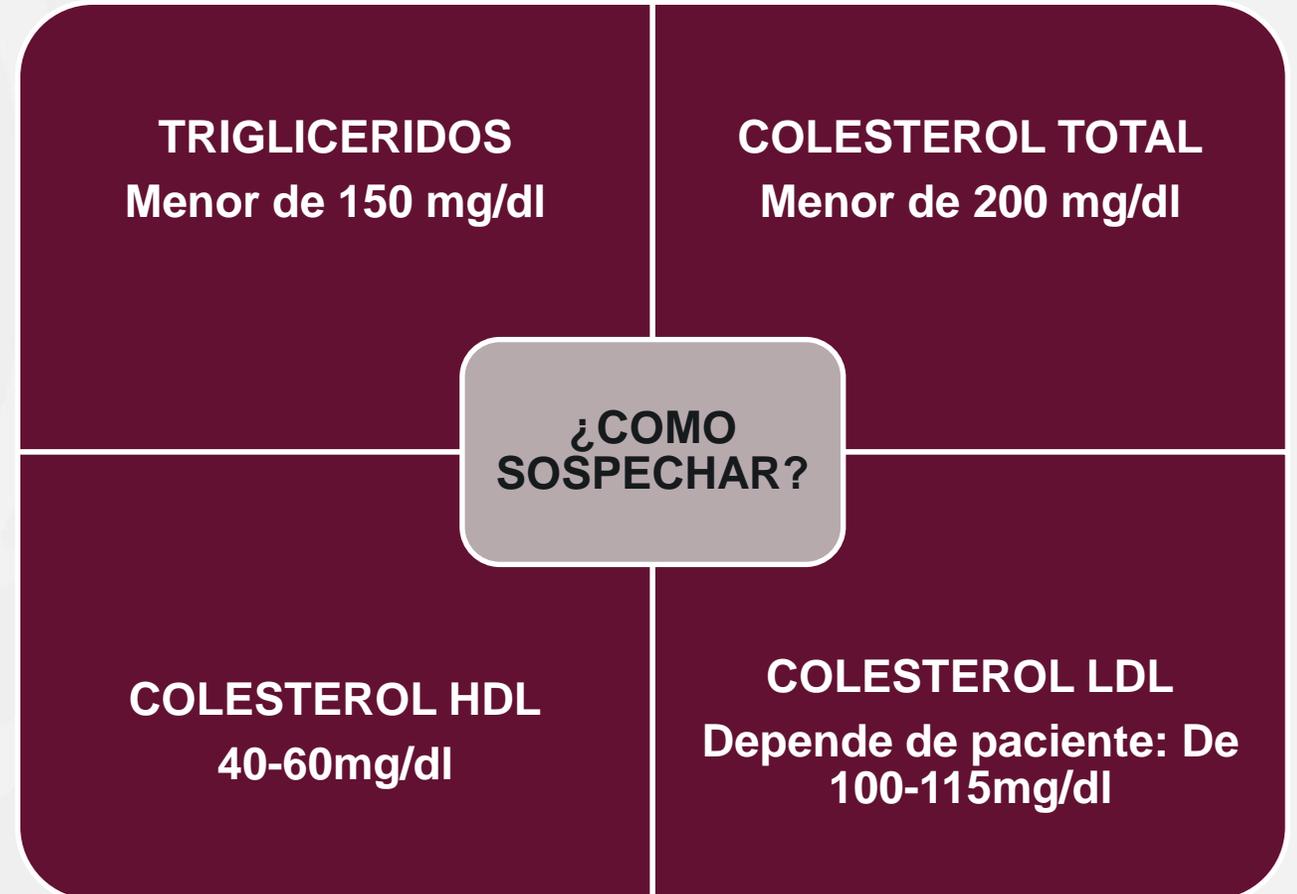




# Diagnóstico

Se basa en la medición de los diferentes tipos de grasas en sangre:

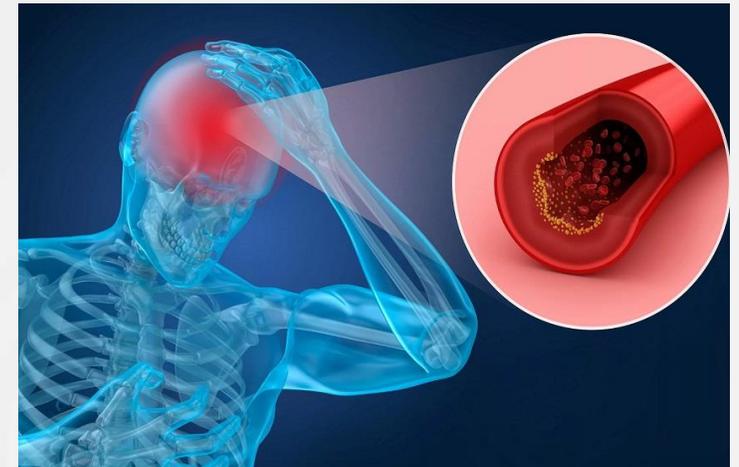
- Colesterol Total.
- Triglicéridos.
- Colesterol de alta densidad (HDL).
- Colesterol de baja densidad (LDL)





# Complicaciones

- Infarto al corazón
- Isquemia cerebral
- Afectación al páncreas
- Enfermedades vasculares
- Alteraciones renales





# Tratamiento no farmacológico

El tratamiento consiste en:

- Disminución de peso.
- Dieta baja en grasas saturadas
- Ejercicio.



2025  
Año de  
La Mujer  
Indígena



# Recomendaciones de dieta

- Disminuir ingesta de calorías por día.
- Disminuir el consumo de sal.
- Consumo de pescado y vegetales.
- Consumo moderado de grasas saludables (oliva, etc.).
- Apoyo con personal de nutrición





# Recomendaciones de ejercicio

- Aeróbico (Caminata, correr, natación).
- Intensidad moderada.
- 3 a 5 ocasiones por semana.
- Duración de 30 minutos por sesión.





# ¿Quiénes requieren medicamento?

- Personas que han sufrido infarto cerebral, infarto al corazón.
- Personas con diabetes o hipertensión.
- Personas con historial de enfermedades cardiovasculares
- Acudir con médico para tratamiento farmacológico.
- Importante no automedicarse

