



## Glosario de términos relacionados con el Colesterol

### A

**Ácido fíbrico** – un tipo de medicamento para reducir el colesterol

**Ácido nicotínico** – un medicamento para reducir el colesterol (la misma sustancia de la niacina o la vitamina B<sub>1</sub>) que disminuye los niveles de colesterol total, de LDL (“colesterol malo”) y de triglicéridos y también aumenta los de HDL (“colesterol bueno”)

**Almidón** – un nutriente abundante en la naturaleza que se encuentra comúnmente en alimentos como el maíz, el trigo y el arroz

**Angina** – dolor o incomodidad recurrente en el pecho que ocurre cuando el corazón no recibe suficiente sangre oxigenada

**Arritmia cardiaca** – cualquier alteración en la secuencia normal de los impulsos eléctricos evita que el corazón lata a un ritmo normal

**Arterias** – vasos sanguíneos que transportan sangre oxigenada desde el corazón a otras partes del cuerpo

**Ataque cardiaco** – la pérdida súbita del abasto de sangre y oxígeno a un área del músculo cardiaco, por lo general, debido a un bloqueo en una arteria coronaria

**Aterosclerosis** – la acumulación de colesterol y de otros depósitos de grasa, llamados placas, en la capa interior de la pared arterial

### C

**Calorías** – las unidades de medida de la cantidad de energía que el cuerpo puede obtener de los alimentos; las calorías provienen de las proteínas, los carbohidratos y las grasas

**Colesterol** – sustancia cerosa y parecida a la grasa que está presente en todas las células del cuerpo y en muchos alimentos

**Colesterol de lipoproteínas de alta densidad (HDL, por sus siglas en inglés)** – conocido como “colesterol bueno”, el HDL lleva otros tipos de colesterol al hígado para ser eliminados del cuerpo

**Colesterol** – sustancia cerosa y parecida a la grasa que está presente en todas las células del cuerpo y en muchos alimentos

**Colesterol de lipoproteínas de alta densidad (HDL, por sus siglas en inglés)** – conocido como “colesterol bueno”, el HDL lleva otros tipos de colesterol al hígado para ser eliminados del cuerpo

**Colesterol de lipoproteínas de baja densidad (LDL, por sus siglas en inglés)** - conocido como “colesterol malo”, el LDL en niveles altos puede depositarse en las paredes de los vasos sanguíneos y ocasionar la formación de placas

**Colesterol total** – la cantidad total de colesterol en la sangre, ya sea que lo transporte el HDL (“colesterol bueno”), el LDL (“colesterol malo”) o cualquier otra molécula

## **D**

**Derrame** – una lesión neurológica aguda en la que se interrumpe el abasto de sangre a una parte del cerebro

Diabetes – **enfermedad en la que el cuerpo no produce o no utiliza adecuadamente la insulina**

## **E**

**Efectos secundarios** – síntoma o efecto no deseado que puede ocurrir cuando se toma un medicamento

**Enfermedad aórtica** – trastornos asociados con la aorta, la arteria más grande del cuerpo

**Enfermedad cardiaca** – una anomalía en el corazón

**Enfermedad cardiovascular** – enfermedad del corazón o de los vasos sanguíneos

**Enfermedad coronaria** – enfermedad que ocurre cuando las arterias que suplen sangre al corazón se endurecen y se estrechan, con frecuencia debido a la acumulación de un material llamado placa en sus paredes internas

**Enfermedad de las válvulas cardiacas** – una condición que ocurre cuando una o más válvulas del corazón no funcionan adecuadamente y la sangre no fluye por el corazón como debería

**Enfermedad pericárdica** – inflamación del pericardio, una fina membrana que envuelve al corazón, lo oprime y limita su acción

**Enfermedad vascular** – enfermedad de un vaso sanguíneo

**Enzima** – un tipo de proteína producida por el cuerpo que actúa como agente catalítico

**Estatina** – una clase o tipo de medicamento para reducir los niveles de LDL (“colesterol malo”) y de triglicéridos y aumentar los niveles de HDL (“colesterol bueno”) limitando la cantidad de colesterol que el cuerpo puede producir

## **F**

Factor de riesgo – **una condición como la diabetes que puede aumentar la probabilidad de desarrollar una enfermedad**

## **G**

**Genético** – perteneciente a, o relacionado con, la genética o los genes

**Grasa** – uno de los nutrientes que suplen calorías al cuerpo

**Grasa insaturada** – un tipo de grasa, por lo general líquida a temperatura de refrigerador; incluye las grasas de las nueces, las semillas, el pescado y los aceites vegetales

Grasa saturada – **un tipo de grasa que se encuentra en productos animales como la leche entera, los huevos y las carnes**

## **I**

**Inmunosupresores** – fármacos que inhiben al sistema inmunitario

Institutos Nacionales de la Salud (NIH, por sus siglas en inglés) – **uno de los primeros centros de investigación médica del mundo, fundado por el gobierno de los Estados Unidos**

**Insulina** – una hormona necesaria para convertir azúcares, almidones y otros alimentos en energía

## **L**

**Lipoproteína** – parte de la sangre que sirve para transportar el colesterol por todo el cuerpo. Está compuesta de una molécula de grasa enlazada a una molécula de proteína. Se presenta de varias formas, como HDL (“colesterol bueno”) y LDL (“colesterol malo”)

## **M**

**Menopausia** – el periodo de tiempo marcado por el final de la menstruación en la mujer, por lo general, entre los 45 y los 55 años

## **N**

**Náuseas** – una sensación de malestar en el estómago que provoca deseos de vomitar

**NCEP** – siglas en inglés del Programa Nacional de Educación sobre Colesterol, un servicio de los Institutos Nacionales de la Salud de los Estados Unidos

## **O**

**Obesidad** – el aumento de peso corporal ocasionado por exceso en la cantidad de grasa

## **P**

**Palpitaciones** – latidos irregulares del corazón, por lo general rápidos

**Perfil de lipoproteínas** – una prueba en la que se usa sangre para medir los niveles de colesterol total, de HDL (“colesterol bueno”), de LDL (“colesterol malo”) y de triglicéridos.

**Placa** – la acumulación excesiva de colesterol en las paredes arteriales

**Presión arterial** – la presión que ejerce la sangre contra las paredes de las arterias

## **S**

**Secuestrante de ácido biliar** - un tipo de medicamento para reducir el colesterol que se enlaza con los ácidos biliares en los intestinos y los elimina a través de la excreta.

**Secuestrante de ácido biliar** - un tipo de medicamento para reducir el colesterol que se enlaza con los ácidos biliares en los intestinos y los elimina a través de la excreta.

## **T**

**Triglicérido** – un tipo de grasa en la sangre que aumenta después de ingerir alimentos; tener altos los triglicéridos puede aumentar el riesgo de enfermedad cardíaca

## **V**

**Vaso sanguíneo** – tubo flexible en el cuerpo que transporta la sangre