

WebMD

THROUGH OUR LENS

EN ESPAÑOL | VERANO 2023

COLESTEROL ALTO

NOTICIAS

Los hallazgos más recientes

PÁGINA 3

VIVIR SALUDABLEMENTE

Antecedentes familiares y
la insuficiencia cardíaca

PÁGINA 4

ENFOQUE EN

El colesterol alto en
nuestra comunidad

PÁGINA 10



ESCANÉEME

Acceda a este
contenido en línea.
Use la cámara de su
teléfono móvil para
activar el código QR.

PREGUNTAS QUE DEBE HACER

Utilice esta guía para comprender mejor cómo el colesterol le afecta y cuáles son sus opciones.

¿Puede ayudarme a entender en más profundidad mi perfil lipídico (de colesterol)?

¿Debería hacerme una prueba avanzada de lípidos (fractionated cholesterol)?

¿Cuáles son mis opciones de tratamiento más allá de las estatinas?

¿Hay tratamientos nuevos o emergentes para el colesterol alto que deba conocer?

¿Qué tipo de ejercicios específicos mejorarán la salud de mi corazón a mi edad y nivel de condición física?

¿Qué dieta debo probar para ayudar a mejorar mis niveles de colesterol?

¿Existen nutraceuticos (suplementos naturales) que podrían ayudar a reducir mi colesterol o riesgos como la presión arterial alta?

Si es así, ¿debo tomarlos en combinación con medicamentos?

WebMD Through Our Lens En Español no es responsable por reclamos publicitarios. WebMD Through Our Lens En Español (ISSN 1553-9946) es publicado por WebMD LLC y no puede ser reproducido total o parcialmente sin permiso por escrito de WebMD LLC. Todo el contenido editorial es revisado por nuestra junta de médicos certificados, es solo para fines informativos, y no pretende ser un sustituto del consejo, diagnóstico o tratamiento de un médico profesional. WebMD no respalda ningún producto, servicio o tratamiento específico. Siempre consulte el consejo de un profesional de la salud para cualquier pregunta relacionada con una condición médica y nunca ignore el consejo médico profesional ni demore en buscarlo por algo que haya leído en WebMD Through Our Lens En Español. Si usted cree que tiene una emergencia médica, llame a su médico o al 911 de inmediato. 2023 WebMD LLC. Todos los derechos reservados.

LA INFORMACIÓN MÁS ACTUALIZADA SOBRE

Colesterol alto



A DIARIO UN AGUACATE

Sin duda ha escuchado la frase “a diario una manzana es cosa sana.” Pero un aguacate diario también podría serlo. Un grupo de investigadores siguieron a más de 1000 personas con sobrepeso u obesidad durante 6 meses. **A la mitad de ellos se les dijo que comieran un aguacate diariamente.** Los demás continuaron con sus dietas habituales con una regla: no más de dos aguacates al mes. **Después de 6 meses, los integrantes del grupo que comió un aguacate diario habían reducido su colesterol total en 2.9 mg/dL y su LDL, o colesterol “malo”, en 2.5 mg/dL.** Los que consumieron los aguacates a diario también tendieron a adoptar una dieta más saludable en general durante los 6 meses, y no aumentaron de peso ni agregaron pulgadas a su cintura.

FUENTE: *Journal of the American Heart Association*

PONGA FIN AL CICLO

Los investigadores pueden haber descubierto cómo el colesterol alto conduce a la obstrucción de las arterias. En muestras de sangre que fueron tomadas de personas que tienen un nivel de colesterol alto, encontraron que las células inmunes llamadas células T, que cuentan con la función de combatir enfermedades, estaban atacando una proteína en el colesterol conocida como APOB, por su sigla en inglés. **La inflamación causada por este ataque es tan severa que parece desencadenar la acumulación de placa (depósitos de grasa) en las arterias.** Así comienza un círculo vicioso: un aumento en esta placa hace que las células T se vuelvan locas y provoquen aún más inflamación. El descubrimiento podría conducir a la creación de medicamentos dirigidos a bloquear la APOB o bloquear las células T hiperactivas.

FUENTE: *Nature*

94 MILLONES

Número de personas en los Estados Unidos cuyo colesterol supera los 200 mg/dL.

FUENTE: CDC

1 de cada 8

Número de hombres hispanos en los Estados Unidos que tienen colesterol alto.

FUENTE: CDC

HUEVOS: ¿BUENOS O MALOS?



Sí, los huevos contienen colesterol, pero también son ricos en proteínas, hierro, fósforo, selenio y las vitaminas A, B12, B2 y B5. **Una nueva investigación tiene como objetivo poner fin al debate y encuentra que, de hecho, comer huevos moderadamente ayuda a reducir el colesterol.** De entre 4,778 personas que participaron en un estudio, los que comieron un huevo por día, en comparación con los que no comieron ninguno, tenían niveles más altos de una proteína específica que eleva el colesterol “bueno” y reduce el malo. Además, la sangre de quienes consumieron huevos tenía niveles más altos de sustancias que previenen enfermedades del corazón, mientras que la de los participantes que evitaron comer huevos tenía niveles más altos de sustancias que ayudan a causar estas afecciones.

FUENTE: *eLife*

ALEXANDER SPATAR/LAURIE AMBROSE/VIA GETTY IMAGES



ANTECEDENTES FAMILIARES Y LA INSUFICIENCIA CARDÍACA

Dónde buscar pistas sobre la salud de su corazón

Por Rachel Reiff Ellis

Revisado por James Beckerman, MD, Revisor Médico de WebMD

Sus genes, las unidades de ADN que le transmitieron sus padres y abuelos, juegan un papel importante en su riesgo de padecer insuficiencia cardíaca. La insuficiencia cardíaca ocurre cuando su corazón ya no puede bombear suficiente sangre y oxígeno a los órganos de su cuerpo.

Conocer el historial de salud de su familia y si algún miembro ha tenido alguna enfermedad cardíaca o una afección relacionada a estas es uno de los primeros pasos que puede tomar para prevenir las enfermedades del corazón.

¿QUÉ INFORMACIÓN DEBE SABER?

A medida que recopila datos sobre el historial de problemas cardíacos de sus familiares, debe buscar información no solo sobre sus padres, sino también sobre sus hermanos, abuelos, tías y tíos.

“Si su hermano, padre o abuelo sufrió una enfermedad cardíaca antes de los 55 años, tiene el doble de probabilidades de desarrollar una enfermedad cardíaca”, dice Kenneth M. Burnham, MD, cardiólogo del hospital Springhill Memorial en Mobile, AL. “Si tu hermana, madre o abuela sufrieron una enfermedad cardíaca antes de los 65 años, tienes el doble de probabilidades de desarrollar una enfermedad cardíaca”.

También es bueno conocer cualquier afección de salud cardíaca significativa de los miembros de la familia que son más jóvenes que usted, como sus hijos, nietos y sobrinos.

Querrá saber no sólo cuáles parientes han tenido enfermedades cardíacas, afecciones relacionadas o procedimientos médicos en el sistema cardíaco, sino también la edad en que recibieron un diagnóstico y comenzaron a recibir tratamiento. Si tuvo un pariente que murió de una enfermedad cardíaca, también es bueno saber a qué edad falleció.

“La edad a la que su familiar tuvo un evento cardíaco es otro indicador de su riesgo”, dice Burnham.

HABLE CON SU FAMILIA

Una barrera para conocer su historial de salud cardíaca es la falta de conocimiento entre los miembros de su familia sobre su propia salud cardíaca.

Por ejemplo, los adultos hispanos en los Estados Unidos son menos conscientes de sus niveles de colesterol que los adultos blancos, y es menos probable que las personas en una comunidad hispana tengan acceso a la atención médica o seguros de salud, lo que significa que tienen menos herramientas para ser proactivos con su salud.

“La genética es para toda la vida”, dice Burnham. “Usted no puede cambiar su historial familiar, pero al obtener la mayor cantidad de información posible, puede entender mejor su riesgo y tomar medidas para la prevención”.

SI TIENE UNA ENFERMEDAD CARDÍACA, LA LUCHA POR REDUCIR SU COLESTEROL MALO



PUEDE SER ABRUMADORA

PEOPLEIMAGES/VIA GETTY IMAGES

ES POSIBLE PASAR DE LA LUCHA AL ÉXITO CONTRA EL COLESTEROL CON LEQVIO®



HA DEMOSTRADO REDUCIR EL
COLESTEROL MALO
EN MÁS DEL **50%** Y MANTENERLO
BAJO*

2 DOSIS
AL AÑO
DESPUÉS DE 2 DOSIS INICIALES

*Las personas que recibieron LEQVIO redujeron más su colesterol malo (C-LDL) y lo mantuvieron bajo durante cada intervalo de administración de 6 meses frente al placebo (una sustancia que no contiene ningún medicamento).

Para los adultos con enfermedad cardíaca conocida que, junto con una dieta y una estatina, necesitan más ayuda para reducir su colesterol malo (C-LDL).

CONSULTE A SU MÉDICO SOBRE LEQVIO

LOWER. LONGER.
LEQVIO®
(inclisiran) injection
284 mg/1.5 mL



Novartis Pharmaceuticals Corporation
East Hanover, New Jersey 07936-1080

¿QUÉ ES LEQVIO?

LEQVIO (inclisiran) es un medicamento recetado inyectable que se utiliza, junto con una dieta y otros medicamentos que reducen los lípidos, en adultos que necesitan una reducción adicional del colesterol "malo" (colesterol de lipoproteínas de baja densidad [low-density lipoprotein, LDL]) y que tienen enfermedad cardiovascular conocida o hipercolesterolemia familiar heterocigótica (HFHe), una afección hereditaria que causa niveles altos de C-LDL. Se desconoce si LEQVIO puede disminuir los problemas relacionados con el colesterol alto, como ataques cardíacos o accidentes cerebrovasculares.

INFORMACIÓN IMPORTANTE DE SEGURIDAD

Los efectos secundarios más frecuentes de LEQVIO incluyen reacción en el lugar de la inyección (incluidos dolor, enrojecimiento y erupción cutánea), dolor articular, infección de las vías urinarias, diarrea, resfriado torácico, dolor en piernas o brazos y dificultad para respirar.

Estos no son todos los posibles efectos secundarios de LEQVIO. Llame a su proveedor de atención médica para obtener asesoramiento sobre los efectos secundarios. Le recomendamos que informe a la Administración de Alimentos y Medicamentos (Food and Drug Administration, FDA) sobre los efectos secundarios negativos de los medicamentos recetados. Visite www.fda.gov/medwatch o llame al 1-800-FDA-1088.

Breve resumen de la información de prescripción en la página contigua.

\$0 DE COPAGO*

*Para pacientes con seguro comercial. Se aplican restricciones.

Escanee este código QR o vaya a:

LEQVIO.com/cost para ver cómo puede pagar LEQVIO.



BREVE RESUMEN DE LA INFORMACIÓN DE PRESCRIPCIÓN COMPLETA LEQVIO® (INCLISIRÁN) SOLUCIÓN INYECTABLE, PARA USO SUBCUTÁNEO

¿Qué es LEQVIO?

LEQVIO es un medicamento inyectable de venta con receta que se utiliza junto con la dieta y otros medicamentos que mejoran el perfil de lípidos en adultos que necesitan una reducción adicional del colesterol "malo" (C-LDL) y tienen enfermedad cardiovascular conocida o hipercolesterolemia familiar heterocigótica (HFHe), una afección hereditaria que causa niveles altos de C-LDL.

Se desconoce si LEQVIO puede disminuir los problemas relacionados con el colesterol alto, como los ataques al corazón o los accidentes cerebrovasculares.

Se desconoce si LEQVIO es seguro y eficaz en niños menores de 18 años.

Antes de empezar a recibir LEQVIO, informe a su proveedor de atención médica sobre todas sus afecciones médicas, incluido si:

- Está embarazada. Informe a su proveedor de atención médica de inmediato si queda embarazada mientras recibe LEQVIO. Usted y su proveedor de atención médica decidirán si debe recibir LEQVIO mientras esté embarazada.
- Está amamantando o planea amamantar. Se desconoce si LEQVIO pasa a la leche materna. Usted y su proveedor de atención médica deben decidir si recibirá LEQVIO o si amamantará.

Informe a su proveedor de atención médica acerca de todos los medicamentos que recibe, incluidos los medicamentos recetados y de venta libre, las vitaminas y los suplementos a base de hierbas.

Sepa qué medicamentos recibe. Haga una lista de ellos para mostrársela a su proveedor de atención médica o farmacéutico cuando le receten un nuevo medicamento.

¿Cómo debo recibir LEQVIO?

LEQVIO, una inyección debajo de la piel (subcutánea), administrada por su proveedor de atención médica, inicialmente, se repite a los 3 meses y, luego, cada 6 meses (dos veces al año).

 NOVARTIS

¿Cuáles son los posibles efectos secundarios de LEQVIO?

Los efectos secundarios más frecuentes de LEQVIO incluyen reacción en el lugar de la inyección (incluidos dolor, enrojecimiento y erupción cutánea), dolor articular, infección de las vías urinarias, diarrea, resfriado torácico, dolor en piernas o brazos y dificultad para respirar.

Estos no son todos los posibles efectos secundarios de LEQVIO. Llame a su proveedor de atención médica para obtener asesoramiento sobre los efectos secundarios a la Administración de Alimentos y Medicamentos (Food and Drug Administration, FDA) al 1-800-FDA-1088.

Información general sobre el uso seguro y eficaz de LEQVIO.

A veces se recetan medicamentos para fines distintos a los indicados. No utilice LEQVIO en el tratamiento de una afección para la cual no fue recetado.

Este folleto de información para el paciente resume la información más importante sobre LEQVIO. Si desea obtener más información, hable con su médico. Puede pedir a su médico o farmacéutico información sobre LEQVIO que está escrita para profesionales sanitarios.

Para obtener más información, visite www.LEQVIO.com o llame al 1-833-LEQVIO2 (1-833-537-8462).

¿Cuáles son los ingredientes de LEQVIO?

- **Principio activo:** inclisirán sódico
- **Ingredientes inactivos:** agua para inyección, hidróxido de sodio o ácido fosfórico

Licensed from Alnylam Pharmaceuticals, Inc.

 **LEQVIO®**
(inclisiran) injection
284 mg/1.5 mL



LOS CAMBIOS SON BUENOS

Esto es lo que hago para controlar mi colesterol alto

Por María García-Manns

Revisado por James Beckerman, MD, Revisor Médico de WebMD

Durante mi adolescencia y mis años como adulta joven, me consideraba una persona sana. No porque hiciera ejercicio o comiera alimentos particularmente nutritivos, sino porque físicamente me veía saludable. Estaba delgada y en forma, y pensé que sería así el resto de mi vida. Pero, por supuesto, a medida que envejecemos, nuestros cuerpos cambian y cuando me estaba acercando a los 50 años de edad, comencé a experimentar esos cambios.

Fue en mi examen físico anual que supe que mi presión arterial, la cual se había mantenido en un rango normal hasta ese momento, se había disparado de repente. Después de esa visita, comencé a comer más frutas y verduras y a hacer ejercicio, pero no lograba reducir la presión arterial. En mi cita de seguimiento, me hicieron un panel completo de análisis de sangre y fue entonces cuando descubrí que también tenía colesterol alto.

LAZOS FAMILIARES

Tanto mi papá como mi mamá tienen el colesterol alto. Somos mexicano-americanos. Soy parte de la cuarta

generación de nuestra familia que ha nacido en Estados Unidos. El colesterol alto ha sido parte de nuestra historia familiar desde mi abuela.

En la cultura hispana, la comida es importante. Durante mi crianza, nuestra mesa estaba llena de frijoles y arroz, tortillas, burritos, tacos y comida mexicana auténtica. La disfrutábamos, pero son alimentos con mucha grasa y sal. No fue hasta que me mudé de la casa de mis padres que noté que muy poco espacio de nuestra mesa se reservaba para las frutas y los vegetales.

Cuando tuve mis propios hijos cambié eso poco a poco en mi hogar al añadir más frutas y verduras a nuestra dieta. Cuando conocí mis niveles de colesterol, comencé a comer más saludablemente y a hacer ejercicio de dos a tres veces por semana. Me hago un batido todos los días y he reducido mi consumo del azúcar notablemente. Me mantengo alejada de las golosinas azucaradas y ya no tomo sodas o jugos. Lo que tomo es agua, agua y más agua.

Pero cuando el colesterol alto viene con la genética, el ejercicio y la dieta no

basta para reducirlo. Esto lo he vivido en carne propia. Mi papá siempre ha sido muy activo y nunca ha tenido sobrepeso, pero aun así tiene que lidiar con el colesterol alto. Además, mis cambios en el estilo de vida no hicieron nada para cambiar mis niveles de colesterol.


TRATAMIENTO DE POR VIDA


Mi médico de cabecera me dijo que necesitaría tomar medicamentos. Comencé a tomar una estatina y eso ayudó a estabilizar mis niveles de colesterol. Cuando recibí mi receta, pregunté si podría dejar de tomar la medicina en unos 6 meses o cuando lograra controlar mi colesterol. La respuesta de mi médico me ayudó a entender que la genética tiene más peso cuando se trata del colesterol. Me dijo que, si dejaba de tomar la medicina, era probable que mi nivel de colesterol volvería a subir. Probablemente tomaré estatinas el resto de mi vida.


Tener el colesterol alto ha significado hacer cambios en mi vida, pero esos cambios valen la pena porque quiero disfrutar de una larga vida.



LOS CONSEJOS DE MARÍA

 **Hable con su familia.**
Asegúrese de que entiendan que ellos también están a riesgo.

 **Tome decisiones sanas.**
Hasta las más pequeñas tienen un impacto.

 **Hable con su doctor.**
Manténgase al tanto de sus niveles.

EL IMPACTO DEL COLESTEROL ALTO EN LA COMUNIDAD HISPANA

Conozca su riesgo

Por Rachel Reiff Ellis

Revisado por James Beckerman, MD, Revisor Médico de WebMD



Más de 62 millones de personas en los Estados Unidos son Hispanos, con culturas que incluyen la cubana, la mexicana, la puertorriqueña y la sudamericana o la centroamericana. Si usted se considera parte de esta población, es mucho más probable que pueda tener el colesterol alto debido a su genética y otros factores socioeconómicos, como el acceso a la atención médica.

“Es importante comprender que el colesterol alto es un factor de riesgo de enfermedades cardiovasculares”, dice Fátima Coronado, MD, MPH, directora asociada de ciencia de la oficina de prevención de enfermedades cardíacas y accidentes cerebrovasculares de los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC, por su sigla en inglés). Las enfermedades cardiovasculares son enfermedades que afectan el corazón y los vasos sanguíneos y pueden provocar un derrame cerebral o un ataque al corazón.

Los estudios indican que menos de la mitad de los adultos hispanos que han tenido un accidente cerebrovascular tienen presión arterial

o colesterol saludables.

“En el 2020, la enfermedad cardiovascular fue la segunda causa de Muerte entre las poblaciones hispanas, después de la COVID”, dice Coronado.

¿POR QUÉ SU RIESGO ES MAYOR?

Las razones por las que la comunidad hispana tiene mayor probabilidad de padecer colesterol alto incluyen que cuentan con tasas más bajas de cobertura de seguro médico, la falta de acceso a proveedores de habla hispana y la desconfianza en el sistema de salud.


“Hay varios factores que contribuyen a este fenómeno entre los hispanos y estos pueden ser factores sociales, incluido tener ingresos más bajos, menos acceso a la educación superior o menos acceso a la atención médica de calidad”, dice Coronado.


Los estudios muestran que no tener seguro médico podría estar relacionado con los niveles elevados de colesterol y también con el uso reducido de las estatinas. Las estatinas son el tratamiento más común para el colesterol alto.


“La falta de confianza en el siste-

CONSEJOS PARA RECORDAR

Fátima Coronado, MD, MPH, recomienda algunos cambios sencillos que usted puede implementar.

 **Visite su médico.** Obtenga una lectura de su análisis de sangre inicial y consejos para la prevención de enfermedades.

 **Observe su dieta.** Eche un vistazo a los alimentos que consume con frecuencia y determine si puede cambiar algunos por alimentos más saludables.

 **Baje de peso.** La obesidad es común en la comunidad hispana y aumenta su riesgo.

ma de salud, las barreras del idioma y otros factores como estos, junto con nuestra predisposición genética, elevan nuestro riesgo de desarrollar diferentes afecciones cardiovasculares, como presión arterial alta, diabetes, obesidad y enfermedades del corazón”, dijo Carlos González Lengua, MD, cardiólogo del Centro de salud y bienestar del hospital Cleveland Clinic Indian River en Vero Beach, FL.

Aproximadamente 33.8% de los adultos hispanos en los Estados Unidos tiene obesidad. La cifra entre los adultos blancos no hispanos es del 29.9%.

CREAR CONCIENCIA

Coronado dice que la mitad de las personas hispanas que tienen un nivel de colesterol alto no lo saben. Y solo un tercio de los que sí lo saben, recibe tratamiento.

Nacer en los Estados Unidos versus emigrar más adelante en la vida también puede marcar la diferencia en los niveles de conciencia sobre este problema, dice Coronado. Es más probable que las personas hispanas nacidas en los Estados Unidos desconozcan que tienen un nivel de colesterol elevado en comparación con las personas que

nacieron en otros lugares.

“El problema es que el colesterol no da signos y síntomas. Se esconde”, dice Coronado. “Entonces, a menos que vaya y consulte [con su médico], no hay forma de que pueda implementar cambios en su estilo de vida o comenzar a tomar medicamentos, porque la afección no producirá signos o síntomas hasta que ya sea demasiado tarde”.

Para los hispanohablantes, puede marcar la diferencia el poder obtener la información en el idioma que entienden en los lugares donde probablemente se comparte dicha información. Los estudios muestran que es menos probable que los pacientes hispanos obtengan información de salud en el Internet o utilicen herramientas clínicas como un portal para pacientes.

“La clave está en la prevención”, dice González Lengua. “La salud cardíaca es un esfuerzo de equipo, donde nosotros, los cardiólogos, trabajamos en estrecha colaboración con el paciente y muchos otros especialistas para maximizar la posibilidad de prevenir enfermedades del corazón. Si queremos prevenir enfermedades del corazón en cualquier población, tenemos que

actuar de manera proactiva para promover comportamientos saludables y controlar mejor los factores de riesgo”.

También señala que es importante ir más allá de las generalizaciones cuando se habla de la salud de los hispanos.

“La comunidad hispana es muy diversa, por lo que las declaraciones amplias no cuentan toda la historia”, dice. “Necesitamos más investigación sobre poblaciones específicas para obtener mejores resultados”.

CONOZCA SUS NÚMEROS

Niveles saludables de colesterol

- ★ Colesterol HDL (“bueno”): **60 o más**
- ★ Colesterol LDL (“malo”): **100 o menos**
- ★ Colesterol total: **menos de 200**

PRÓXIMOS PASOS

DIETAS QUE PUEDO PROBAR

DIETA	ALIMENTOS QUE SE DEBEN INCORPORAR	ALIMENTOS QUE SE DEBEN EVITAR
MEDITERRÁNEA		
DASH		
CAMBIOS TERAPÉUTICOS EN EL ESTILO DE VIDA (TLC, POR SUS SIGLAS EN INGLÉS)		

OTROS FACTORES DE RIESGO DE ENFERMEDADES DEL CORAZÓN

FACTOR DE RIESGO	RIESGO NORMAL	CONSEJOS PARA MEJORAR
PRESIÓN ARTERIAL		<ol style="list-style-type: none"> Baja en sal Suplementos de magnesio Ejercicio cardiovascular Monitor de presión arterial para uso doméstico
ÍNDICE DE MASA CORPORAL (BMI, POR SUS SIGLAS EN INGLÉS) /CIRCUNFERENCIA DE LA CINTURA		<ol style="list-style-type: none"> Dieta comercial Consultor nutricional
ESTILO DE VIDA SEDENTARIO		<ol style="list-style-type: none"> Entrenador Membresía de gimnasio Aplicaciones móviles Equipo para hacer ejercicio en el hogar
COLESTEROL LDL		<ol style="list-style-type: none"> Recetas más allá de las estatinas Prueba avanzada del colesterol LDL (fractionated LDL)
DIABETES		<ol style="list-style-type: none"> Dieta Ejercicio Revisar los medicamentos y las otras condiciones que podrían disminuir el control de la afección

“ El colesterol alto es como fumar: se acumula con el tiempo. Necesitamos mantener los años de exposición al colesterol alto al mínimo. Siempre es valioso monitorear la dieta, el ejercicio y el sueño en pacientes que tienen colesterol alto, y pregunto sobre esto en cada visita clínica”.

FATIMA RODRIGUEZ, MD, MPH,

VOLUNTARIA EXPERTA DE LA AMERICAN HEART ASSOCIATION; PROFESORA ASOCIADA DE MEDICINA CARDIOVASCULAR Y JEFA DE LA SECCIÓN DE CARDIOLOGÍA PREVENTIVA EN LA ESCUELA DE MEDICINA DE LA UNIVERSIDAD DE STANFORD EN CALIFORNIA

¿Cuál es el propósito de mi próxima visita?

- Prueba de presión arterial
- Análisis de colesterol o perfil de lípidos
- Electrocardiograma (EKG o ECG, por sus siglas en inglés)
- Prueba de esfuerzo (stress exercise test)