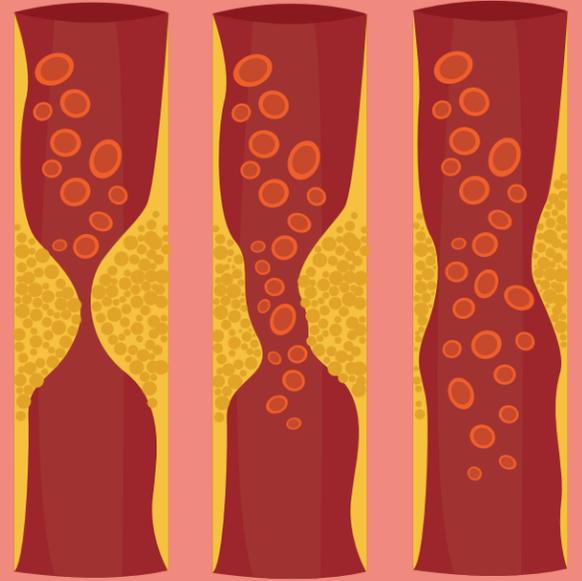


Triglicéridos

Normal: menos de 150 mg/dl

Los triglicéridos son una clase de grasas de la sangre que se conocen como lípidos.

En caso de tener triglicéridos altos, disminuya el consumo de azúcares simples (dulces) y alcohol; realice actividad física y aumente los fármacos en caso de que su médico lo indique.



Recuerde:

Un buen control de la presión arterial, la glucosa, el colesterol y los triglicéridos **previenen múltiples enfermedades y le ofrecen una vida saludable.**

No olvide consultar a su médico especialista.



Visite: www.epsnutricion.com.mx

Fuente: Blood Pressure Association 2021. Sitio web: <https://www.bloodpressureuk.org/your-blood-pressure/understanding-your-blood-pressure/what-do-the-numbers-mean/>



Escanear