



Aceite de Pescado y Triglicéridos

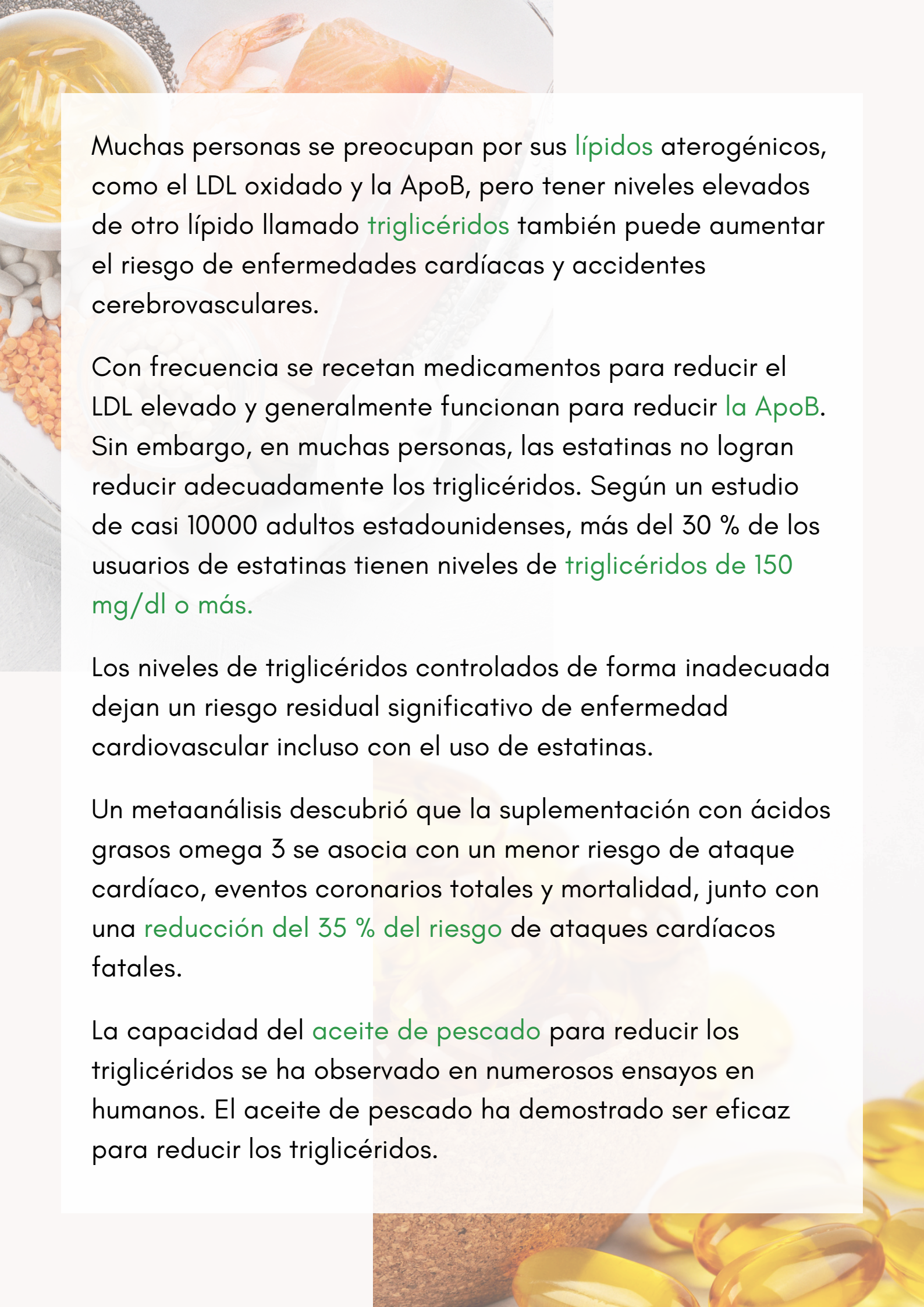


Advertencia



EL MATERIAL CONTENIDO EN ESTA GUÍA TIENE UN FIN EstrictAMENTE EDUCATIVO, NO INTENTA DIAGNOSTICAR NI TRATAR ENFERMEDAD O PADECIMIENTO ALGUNO. SU OBJETO ES ÚNICAMENTE EDUCATIVO. NO PODEMOS RESPONSABILIZARNOS POR LOS USOS NO PREVISTOS QUE SE LE DEN AL MISMO NI POR DAÑO FÍSICO O PSICOLÓGICO ALGUNO, QUE DE ELLO PUDIERA DERIVAR. EL DIAGNÓSTICO Y TRATAMIENTO DE LAS ENFERMEDADES DEBEN SER CONFIADOS ÚNICAMENTE A PROFESIONALES DE LA SALUD. LOS TRASTORNOS DE SALUD SON COMPETENCIA DE PROFESIONALES MÉDICOS DEBIDAMENTE ACREDITADOS EN ACUERDO A LAS LEYES LOCALES DE LA REGIÓN EN QUE TE ENCUENTRES. NO EMPRENDAS NINGÚN PLAN DE SUPLEMENTACIÓN NI EJERCICIOS SIN LA PREVIA SUPERVISIÓN DE UN PROFESIONAL COMPETENTE.





Muchas personas se preocupan por sus **lípidos** aterogénicos, como el LDL oxidado y la ApoB, pero tener niveles elevados de otro lípido llamado **triglicéridos** también puede aumentar el riesgo de enfermedades cardíacas y accidentes cerebrovasculares.

Con frecuencia se recetan medicamentos para reducir el LDL elevado y generalmente funcionan para reducir **la ApoB**. Sin embargo, en muchas personas, las estatinas no logran reducir adecuadamente los triglicéridos. Según un estudio de casi 10000 adultos estadounidenses, más del 30 % de los usuarios de estatinas tienen niveles de **triglicéridos de 150 mg/dl o más**.

Los niveles de triglicéridos controlados de forma inadecuada dejan un riesgo residual significativo de enfermedad cardiovascular incluso con el uso de estatinas.

Un metaanálisis descubrió que la suplementación con ácidos grasos omega 3 se asocia con un menor riesgo de ataque cardíaco, eventos coronarios totales y mortalidad, junto con una **reducción del 35 % del riesgo** de ataques cardíacos fatales.

La capacidad del **aceite de pescado** para reducir los triglicéridos se ha observado en numerosos ensayos en humanos. El aceite de pescado ha demostrado ser eficaz para reducir los triglicéridos.

La botica de Nena

"Donde orientamos, guiamos y aconsejamos como aliviar los padecimientos del cuerpo y del alma.

Hola! Soy la Dra Liliana Angulo, Dentista de profesion, retirada de la odontologia por decision y Naturopata por conviccion; y estoy encantada de darte la bienvenida a un espacio dedicado a la medicina natural y salud holistica.

Mi pasion por la salud y el bienestar me han llevado a explorar enfoques integrativos que no solo abordan los sintomas ,sino que tambien consideran la conexion entre cuerpo, mente y espiritu.

Mi objetivo es brindarte las herramientas necesarias para que tomes decisiones informadas sobre tu salud ,promoviendo un estilo de vida alineado con tu naturaleza y necesidades.



Dra. Liliana

