¿Cómo saber si tengo colesterol alto?

El colesterol es una sustancia grasa que el organismo genera de manera natural, el hígado es el encargado de producir la mayor parte del colesterol y las concentraciones varían en gran medida por la alimentación.

Es recomendable realizar una prueba de colesterol de acuerdo a las indicaciones que el médico señale. A continuación, te presentamos una tabla que puede ayudar a llevar un registro de los resultados que se han tenido a lo largo de cada prueba realizada en un periodo de tiempo.

PRIMER PRUEBA DE COLESTEROL				
Fecha	Colesterol total	Colesterol LDL	Colesterol HDL	Triglicéridos

RESULTADO DE PRUEBAS CONSECUTIVAS				
Fecha	Colesterol total	Colesterol LDL	Colesterol HDL	Triglicéridos