

HIPERCOLESTEROLEMIA FAMILIAR DESDE LA INFANCIA

¿QUÉ ES LA HIPERCOLESTEROLEMIA FAMILIAR (HF)?



Enfermedad hereditaria y genética.

Caracterizada por niveles muy elevados de colesterol LDL ("colesterol malo") desde el nacimiento.

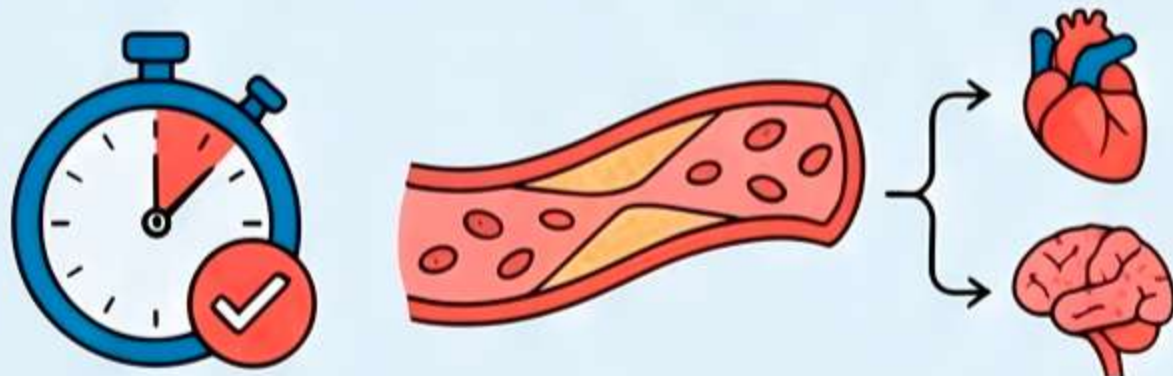
1:250



Afecta a 1 de cada 250 personas.

Esto la convierte en una de las enfermedades genéticas más frecuentes.

Es un problema de salud pública prioritario

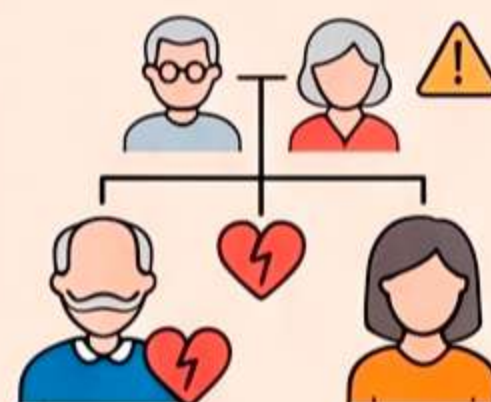


Al no presentar síntomas inmediatos, suele pasar inadvertida mientras la acumulación prolongada daña las arterias (aterosclerosis) y provoca eventos cardiovasculares prematuros (infarto de miocardio o ictus).

¿CUÁNDO SOSPECHARLA? CRITERIOS CLÍNICOS



Colesterol LDL muy elevado.
Detectable en análisis de sangre desde la infancia.



Antecedentes familiares.
Presencia de colesterol elevado o de enfermedad cardiovascular prematura (infarto o ictus antes de los 55 años en hombres o de los 60 en mujeres).

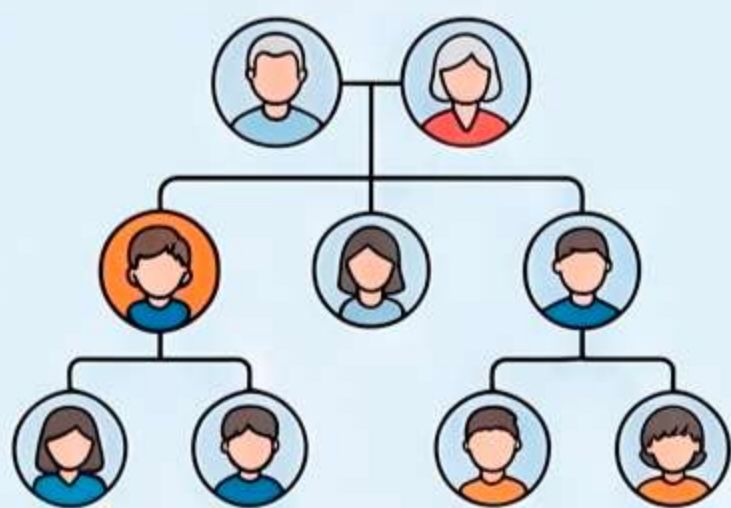


Depósitos físicos de colesterol.
Visibles por exposición muy prolongada, manifestándose como xantomas (en tendones) o arco corneal.



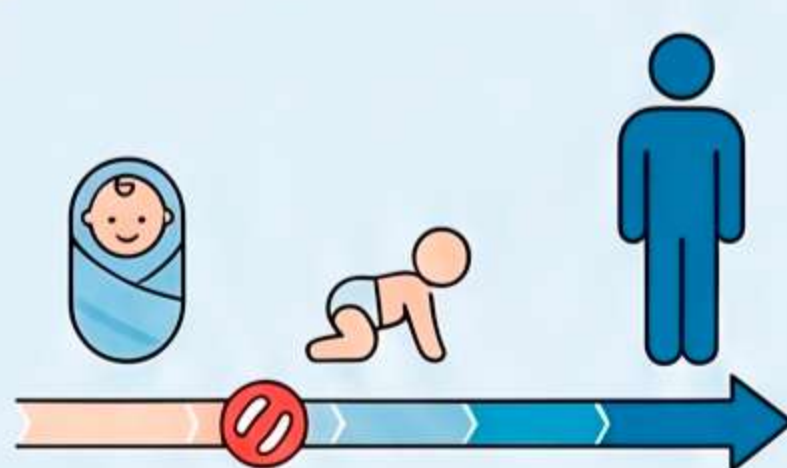
Infradiagnóstico.
Frecuentemente confundida con problemas de dieta o estilo de vida, ignorando el origen genético.

CRIBADO INFANTIL Y EN CASCADA



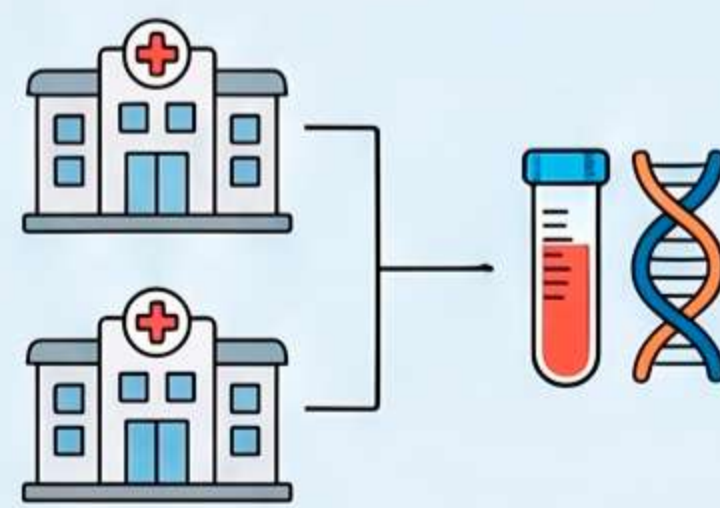
Cribado en cascada

Diagnosticar a un paciente permite evaluar inmediatamente a sus familiares de primer grado (padres, hermanos, hijos). Detectar la HF en un niño identifica al progenitor afectado.



Cribado universal infantil

Detección precoz en la infancia para iniciar tratamiento temprano y detener el daño arterial.



Coordinación

Atención Primaria (Pediatría y Medicina de Familia) coordinada con unidades especializadas para la confirmación diagnóstica mediante análisis genético.

TRATAMIENTO Y DIETA RECOMENDADA



Pilar del tratamiento
Iniciar precozmente para prevenir infartos e ictus.



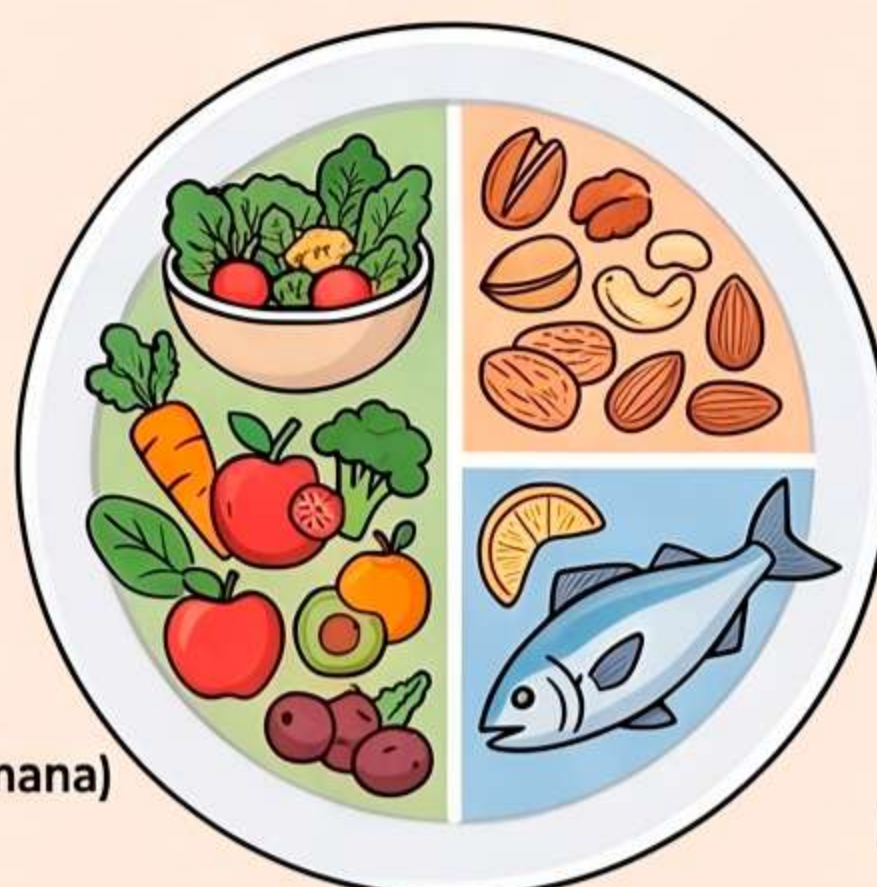
Limitar grasas perjudiciales
Limitar grasas saturadas, embutidos, lácteos enteros y ultraprocesados.



Aceite de oliva virgen extra como grasa principal

Verduras, frutas, legumbres (≥3 raciones/semana)

Patrón de Dieta Mediterránea



Frutos secos crudos/tostados

Pescado (al menos 3 raciones/semana, priorizando el azul)