LÍPIDOS Y RIESGO CARDIOVASCULAR

Hipolipidemias genéticas

INFORMACIÓN PARA PACIENTES

Ana María González Lleó. Unidad de Medicina Vascular y del Metabolismo (U VASMET). Hospital Universitario Sant Joan de Reus. Unidad de investigación en lípidos y arteriosclerosis (URLA). Universidad Rovira i Virgili. Reus. Tarragona.

Fernando Braca. Facultativo especialista de área, Endocrinología y Nutrición. Hospital de Viladecans. Barcelona.

Rosa María Sánchez Hernández. Sección de Endocrinología y Nutrición. Complejo Hospitalario Universitario Insular Materno Infantil de Gran Canaria. Instituto Universitario de Investigaciones Biomédicas y Sanitarias de la Universidad de Las Palmas de Gran Canaria. Las Palmas.

¿Qué es la hipolipidemia?

La hipolipidemia es una condición en la que los niveles de grasas (lípidos) en sangre están por debajo de lo normal. En algunos casos puede ser un hallazgo sin importancia, pero cuando las cifras son muy bajas puede indicar que el organismo tiene dificultades para transportar o utilizar correctamente nutrientes esenciales.

¿Por qué tengo el colesterol bajo?

Existen dos grandes grupos de causas que el médico valorará:

- **Factores relacionados con el estilo de vida o enfermedades adquiridas:** como una alimentación muy restrictiva, trastornos de malabsorción (p. ej., enfermedad celíaca), hipertiroidismo o el uso de determinados medicamentos.
- **Causas genéticas:** enfermedades hereditarias que se transmiten de padres a hijos y que suelen detectarse porque los niveles de colesterol son muy bajos desde edades tempranas o existen antecedentes familiares similares.

¿Qué síntomas debo vigilar?

La mayoría de las personas no presentan síntomas. Sin embargo, en los casos más graves de origen genético pueden aparecer:

- **Síntomas digestivos:** diarrea persistente, distensión abdominal o dificultad para digerir grasas.
- **Síntomas digestivos:** diarrea persistente, distensión abdominal o dificultad para digerir grasas.
- **Alteraciones visuales:** dificultad para la visión nocturna o cambios en la retina.
- **Síntomas neurológicos:** debilidad muscular, alteraciones del equilibrio o torpeza al caminar.

Importancia de las vitaminas (A, D, E y K)

El colesterol y las grasas son necesarios para absorber las vitaminas liposolubles, que son esenciales para múltiples funciones del organismo:

- **Vitamina A:** visión y función del sistema inmunitario.
- **Vitamina D:** salud ósea y metabolismo del calcio.
- **Vitamina E:** función neuromuscular y protección antioxidante.
- **Vitamina K:** coagulación sanguínea.

Cuidados especiales: embarazo

El colesterol es importante para el desarrollo del feto, ya que participa en la formación de tejidos, hormonas y estructuras del sistema nervioso. Por ello, en mujeres embarazadas con hipolipidemia es importante un seguimiento estrecho de los niveles de

vitaminas y del estado hormonal, ya que alteraciones importantes pueden influir en el crecimiento fetal.

¿Cuál es el tratamiento?

El objetivo del tratamiento no es aumentar los niveles de colesterol en sangre, sino prevenir las complicaciones derivadas de su déficit y garantizar un aporte adecuado de nutrientes esenciales para el correcto funcionamiento del organismo.

Los pilares fundamentales son:

- **Suplementación de vitaminas liposolubles (A, D, E y K)** de forma individualizada, ajustando las dosis según las necesidades y el seguimiento analítico.
- **Adaptaciones dietéticas**, que pueden incluir una dieta con contenido graso controlado, el uso de aceites de mejor absorción y la suplementación con ácidos grasos esenciales (omega-3 y omega-6).
- **Seguimiento médico periódico**, con controles analíticos regulares, evaluación clínica y, en determinados casos, pruebas de imagen como ecografía hepática.