



## Dislipemia

### ¿Qué es?

Es una alteración en la concentración de lípidos (grasas) de la sangre. Es poco frecuente en la infancia, aunque los cambios de vida, con una alimentación más rica en [grasas](#) y hábitos cada vez más sedentarios, están favoreciendo el desarrollo de sobrepeso y dislipemia en niños y jóvenes. La dislipemia de causa genética, en la que existen antecedentes familiares con diferentes formas de herencia posibles, es menos frecuente.

### ¿Cómo se clasifica?

Se puede clasificar por su forma de presentación en primaria (por alteraciones genéticas) y secundaria, debida a tratamientos, enfermedades o malos hábitos de vida.

Otra forma de clasificación es en función del tipo de grasa que está aumentada: colesterol, triglicéridos u otras.

### ¿Cuáles son los síntomas?

Las dislipemias leves no presentan síntomas. En las dislipemias graves puede haber depósitos grasos en las articulaciones, en los tendones o bajo la piel. La persistencia de valores elevados de lípidos en el tiempo favorece la aparición de problemas cardiovasculares en edades jóvenes (infartos cardíacos, ictus, enfermedades vasculares, etc.).

### ¿Cómo se diagnostica?

La forma de determinar si un niño tiene una dislipemia es con un análisis de sangre en ayunas, tras 12 horas sin ingerir alimentos. En esa analítica se estudian los niveles de colesterol y de triglicéridos en sangre. Estas determinaciones no se tienen que realizar a todos los niños, solo a los que cumplan algunos criterios de riesgo: alimentación no equilibrada, antecedentes familiares de dislipemia, o que tengan enfermedades que originen o asocien alteraciones de los lípidos (obesidad, hipotiroidismo, etc.). Ante una determinación de lípidos alterada siempre hay que confirmar el diagnóstico con un nuevo análisis.

### ¿Cómo se puede prevenir?

Una dieta variada y equilibrada, rica en frutas, verduras y legumbres, con ausencia de productos procesados (bollería, precocinados \*→□) y una ingesta moderada de productos grasos de consumo actualmente frecuente (algunos postres lácteos, embutidos), permite mantener unos niveles de lípidos en la sangre adecuados.

### ¿Cómo se tratan?

Hay que modificar la alimentación y el estilo de vida del niño. Conviene hacer un control analítico en 6 meses y si persisten las alteraciones pese a la realización adecuada del programa de mejora de hábitos de vida, su pediatra valorará remitirlo a un especialista en nutrición infantil, que sopesará iniciar tratamiento farmacológico.

**La información ofrecida en En Familia no debe usarse como sustituta de la relación con su pediatra, quien, en función de las circunstancias individuales de cada niño o adolescente, puede indicar recomendaciones diferentes a las generales aquí señaladas.**

---

Este texto, perteneciente a la [Asociación Española de Pediatría](#), está disponible bajo la [licencia Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 3.0 España](#).

**Más referencias sobre el tema e información sobre los autores en:**

<https://enfamilia.aeped.es/prevencion/dislipemia>