



CRIBADO DE LA HIPERCOLESTEROLEMIA

Nivel de evidencia y fuerza de la recomendación

A. ESTRATEGIA POBLACIONAL O ESTRATEGIA GENERALIZADA DE PREVENCIÓN	
Son recomendaciones para todos los niños mayores de 2 años y adolescentes, es decir dirigidas a población sana y tienen como objetivo promover hábitos de vida saludables.	
<p>1. Recomendaciones dietéticas.- Deberán tomar una alimentación normocalórica y equilibrada para conseguir mantener un crecimiento y desarrollo normales, con las siguientes recomendaciones respecto a grasas:</p> <ul style="list-style-type: none">• Grasas totales de la dieta no superior al 30% y no inferior al 20% de las calorías totales.• Grasas saturadas inferior al 10% de las calorías totales.• Colesterol menor a 300 mg/día. <p>Fomentando un mayor aporte de calorías procedentes de verduras, frutas, legumbres, cereales preferiblemente integrales, pescado, aves, lácteos bajos en grasa y aceite de oliva.</p> <p>2. Implicación de todos los colectivos relacionados con la alimentación infantil.- Profesionales de la salud, colegios, industria alimentaria, medios de comunicación y políticas gubernamentales.</p> <p>3. Recomendación de ejercicio físico.- Se aconseja realización de 30 a 60 minutos de actividad física de intensidad moderada a intensa, preferiblemente todos los días de la semana.</p>	<p>Evidencia II-2 y II-3 Recomendación B</p> <p>Evidencia III Recomendación I</p> <p>Evidencia II-2 y II-3 Recomendación B</p>
B. ESTRATEGIA INDIVIDUAL	
Detección selectiva de niños y adolescentes con un riesgo aumentado de hipercolesterolemia y de enfermedad cardiovascular en la vida adulta.	
<p>Se recomienda cribado de colesterol en niños y adolescentes con:</p> <ul style="list-style-type: none">• Padre o madre con dislipemia genética con alto riesgo cardiovascular (principalmente hipercolesterolemia familiar heterocigota e hiperlipemia familiar combinada).• En caso de desconocerse estos antecedentes, se pueden valorar de forma individual los antecedentes familiares de enfermedad cardiovascular prematura en padres o abuelos (antes de los 55 años en varones y antes de los 65 años en mujeres). Esto incluye: infarto agudo de miocardio, angor, vasculopatía periférica, enfermedad cerebrovascular, muerte cardíaca súbita, demostración mediante arteriografía de una aterosclerosis coronaria, angioplastia o cirugía de derivación de arteria coronaria.• Independientemente de la historia familiar, si se asocian otros factores de riesgo: HTA, obesidad (IMC \geq p.95), diabetes mellitus.	<p>Evidencia II-2 y II-3 Recomendación I</p>