

September is National Cholesterol Education Month!

WHAT IS BLOOD CHOLESTEROL?

Waxy, fat-like substance made by your liver. Cholesterol is needed to make hormones and digest fatty foods.



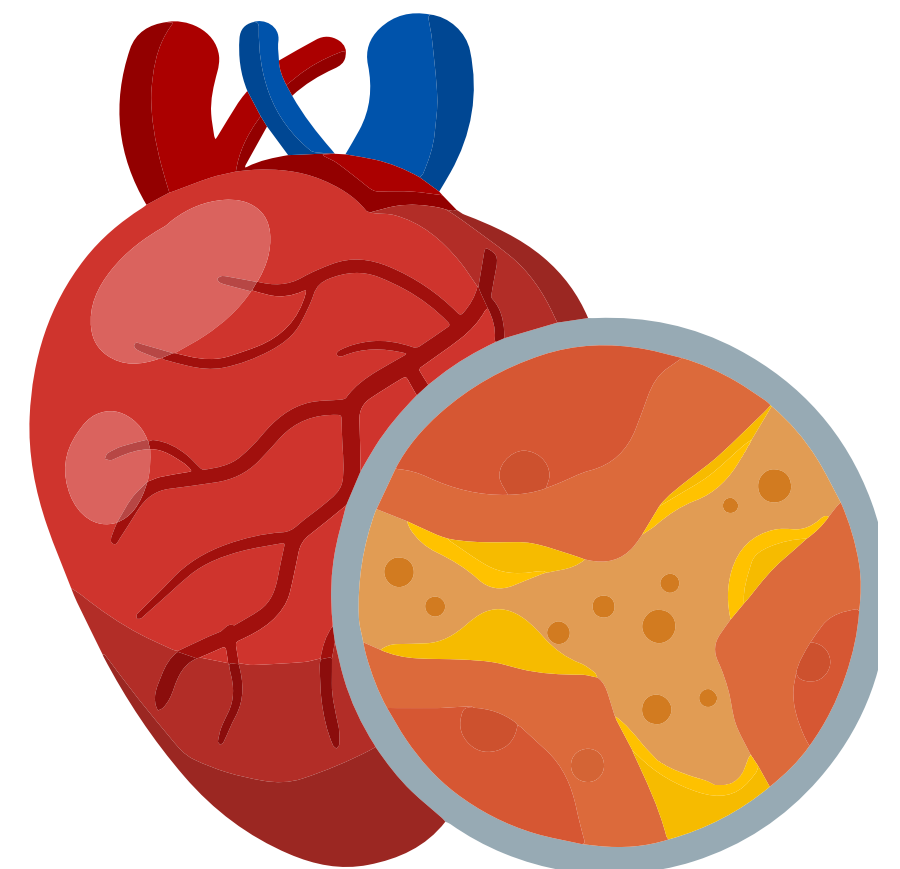
WHAT IS DIETARY CHOLESTEROL?

Found in animal foods such as meat, seafood, poultry, eggs, and dairy products. Eating less dietary cholesterol reduces the risk of cardiovascular disease or problems with your heart.



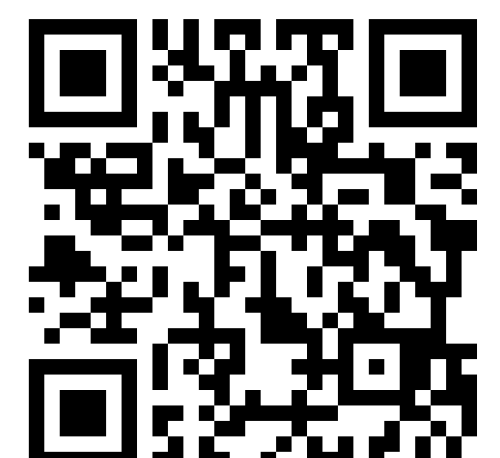
RISKS FOR HIGH CHOLESTEROL

- Family History
- Type 2 Diabetes
- Obesity
- Smoking



DID YOU KNOW:

Millions of people in the U.S. suffer from high cholesterol (total blood cholesterol > 200mg/dl). High cholesterol has no signs or symptoms, getting checked is the only way to know if you have high cholesterol!



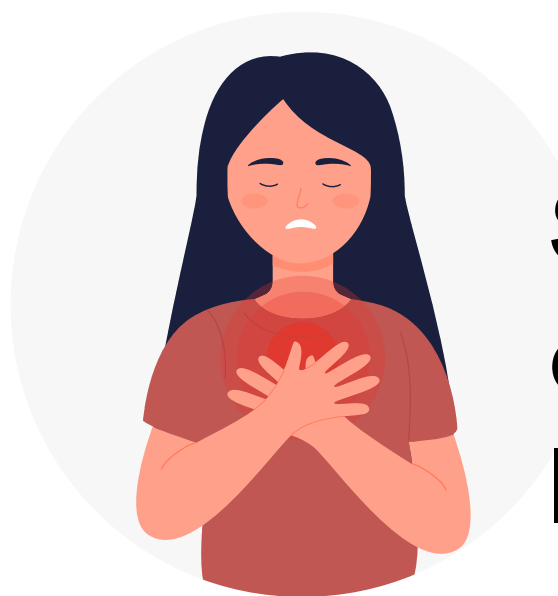
¡Septiembre es el Mes Nacional de la Educación sobre el Colesterol!

¿QUÉ ES EL COLESTEROL?

Es una sustancia cerosa, parecida a la grasa y producida por el hígado. El colesterol es necesario para producir hormonas y digerir los alimentos grasos.



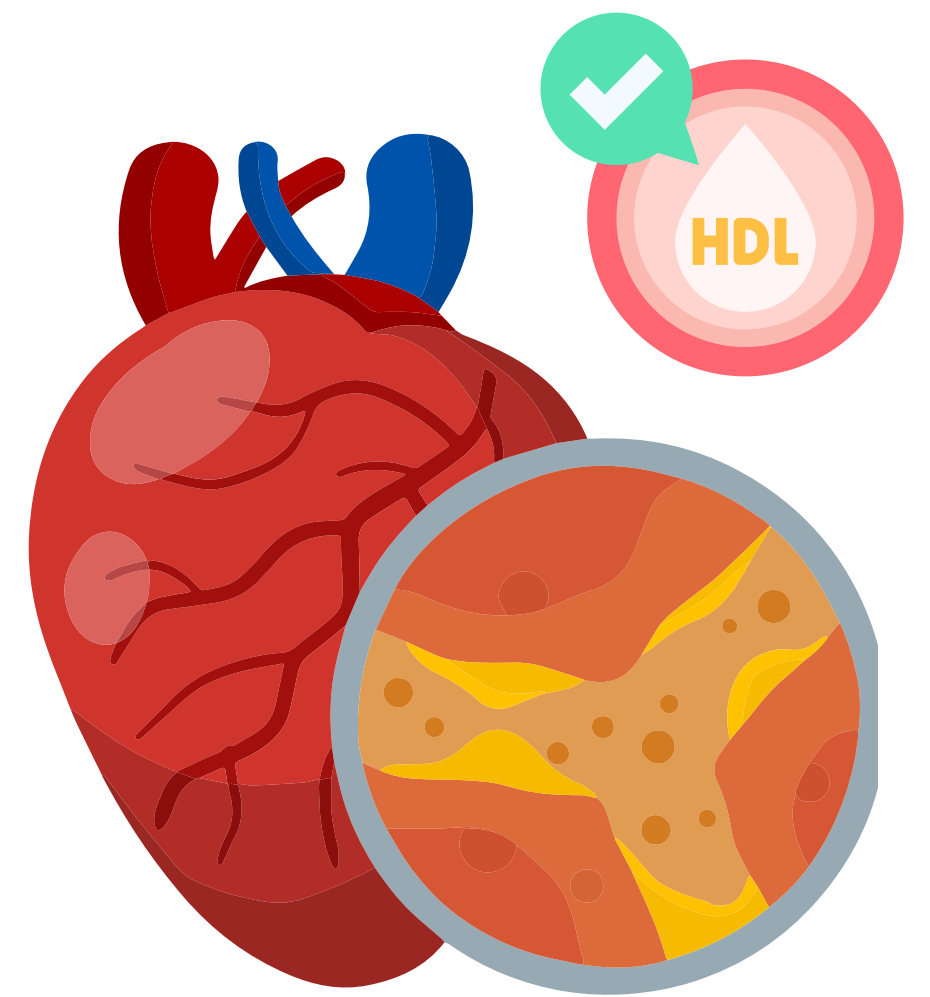
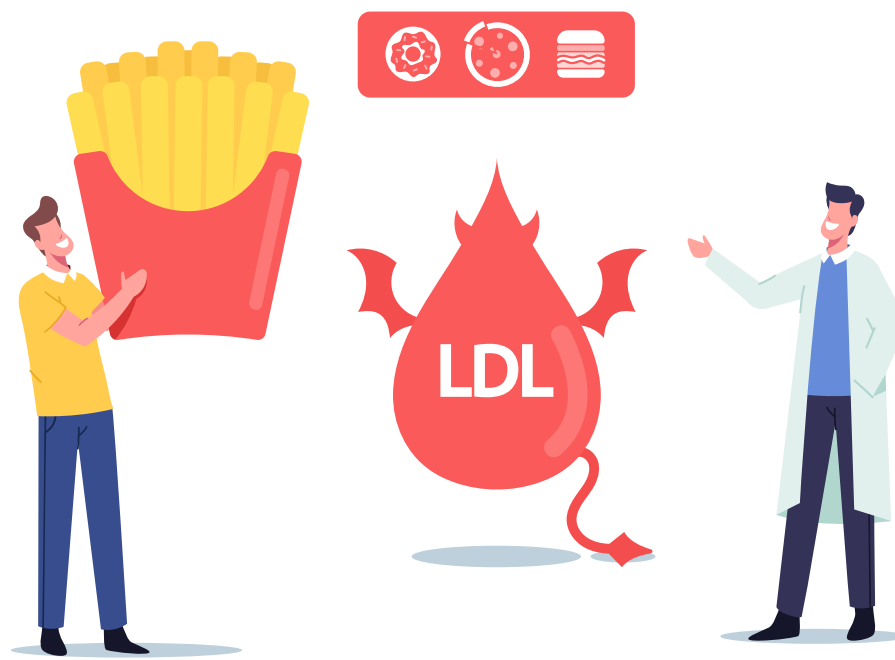
¿QUÉ ES EL COLESTEROL ALIMENTARIO?



Se encuentra en alimentos de origen animal como la carne, el marisco, las aves, los huevos y los productos lácteos. Consumir menos colesterol dietético reduce el riesgo de enfermedades que afectan el corazón.

RIESGOS DEL COLESTEROL ALTO

- Tener antecedentes familiares
- Diabetes de tipo 2
- Obesidad
- Fumar



¿SABÍAS QUE...?

Millones de personas en EE.UU. tienen el colesterol alto (colesterol total en sangre > 200 mg/dl). El colesterol alto no presenta síntomas, por lo que hacerse un chequeo de sangre es la única manera de saber si se tiene colesterol alto.

**¡Llame hoy mismo para hacer una cita!
Para más información sobre este tema
escanee el código QR:**

