

UN PERFIL LIPÍDICO ALTERADO ES PELIGROSO PARA EL CORAZÓN

El estrés laboral se relaciona con un aumento de grasas en la sangre

Investigadores españoles han estudiado cómo afecta el estrés en el trabajo a la salud cardiovascular. Los resultados, publicados en el *Scandinavian Journal of Public Health*, asocian esta situación con la dislipidemia, una condición patológica que altera las concentraciones de lípidos y lipoproteínas en la sangre.

SINC

14/5/2013 10:01 CEST

Los trabajadores con estrés laboral presentaron mayor probabilidad de sufrir niveles anormalmente altos de colesterol 'malo' y bajos del 'bueno'. / SINC

Desde hace años, los expertos sostienen que el estrés emocional se asocia con el riesgo de padecer enfermedades [cardiovasculares](#) debido, entre otros factores, a hábitos poco saludables, como fumar, comer de forma inadecuada o llevar una vida sedentaria.

El estrés emocional se asocia con el riesgo de padecer enfermedades cardiovasculares debido, entre otros factores, a hábitos poco saludables

Ahora, un estudio realizado por la Sociedad de Prevención de Ibermutuamur, en colaboración con expertos del Hospital Virgen de la Victoria de Málaga y la Universidad de Santiago de Compostela, analiza la asociación entre el

[estrés](#) laboral y diferentes parámetros relacionados con el metabolismo de los ácidos grasos en el organismo.

El trabajo, recientemente publicado en el *Scandinavian Journal of Public Health*, se llevó a cabo en una muestra de más de 90.000 empleados que acudieron a realizarse un reconocimiento médico.

“Los trabajadores que declararon haber experimentado dificultades para hacer frente a su trabajo durante los últimos doce meses (un 8,7 % de la muestra) contaron con un mayor riesgo de padecer dislipidemia”, señala a SINC Carlos Catalina, psicólogo clínico experto en estrés laboral.

Las dislipidemias o dislipemias son trastornos del metabolismo de las lipoproteínas, que pueden manifestarse por una elevación del colesterol total, de las lipoproteínas de baja densidad (LDL) y de las concentraciones de triglicéridos, así como por una disminución de las lipoproteínas de alta densidad (HDL).

Cambios en el perfil lipídico

Concretamente, en el estudio realizado los trabajadores con estrés laboral presentaron mayor probabilidad de sufrir niveles anormalmente altos de colesterol LDL (el llamado colesterol ‘malo’), niveles excesivamente bajos de colesterol HDL (colesterol ‘bueno’) e índices de aterogenicidad positivos, es decir, un potencial de obstrucción de las arterias.

“Uno de los mecanismos que podrían explicar la relación entre el estrés y el riesgo cardiovascular podrían ser los cambios en nuestro perfil lipídico, lo que supondría una mayor acumulación de placa ateroma (depósito de lípidos) en nuestras arterias”, concluye Catalina.

Referencia bibliográfica:

C. Catalina-Romero, E. Calvo, M. A. Sánchez-Chaparro, P. Valdivielso, J. C. Sainz, M. Cabrera, A. González-Quintela & J. Román en nombre del grupo de estudio ICARIA (Evaluación del Riesgo Cardiovascular Ibermutuamur). “The relationship between job stress and

dyslipidemia". *Scandinavian Journal of Public Health*, 2013; 41: 142–149

Derechos: **Creative Commons**

TAGS

ESTRÉS

COLESTEROL

GRASA

Creative Commons 4.0

Puedes copiar, difundir y transformar los contenidos de SINC. [Lee las condiciones de nuestra licencia](#)