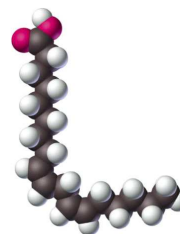


# Ácidos Grasos

## Perfil de ácidos grasos en eritrocitos



Los ácidos grasos son moléculas esenciales para la vida. Además de ser fuente de energía, tienen un papel fundamental en la composición y funcionalidad de las membranas celulares así como en la síntesis de hormonas.

Existen cuatro familias de ácidos grasos y el equilibrio en el consumo de los diferentes tipos es esencial para preservar la salud.

### Ácidos grasos y salud

La dieta occidental actual presenta un claro desequilibrio en ácidos grasos, con un exceso de grasas saturadas, trans y omega 6, y un defecto de omega 3. Ello incrementa el riesgo cardiovascular y genera un contexto de inflamación crónica, lo que a su vez aumenta el riesgo cardiovascular (especialmente de muerte súbita), de accidente cerebrovascular, de depresión y de enfermedades neurodegenerativas, habiéndose implicado también en el cáncer.

La corrección del desequilibrio de ácidos grasos a través de la dieta es una medida sencilla y muy eficaz en la promoción de la salud.

### Perfil de ácidos grasos

La evaluación de ácidos grasos está compuesta por los siguientes perfiles analíticos:

- **Perfil de ácidos grasos en eritrocitos (AGRE)**

Ácidos grasos saturados:

Ácido mirístico

Ácido palmítico

Ácido esteárico

Ácidos grasos trans:

Ácido elaidico

Ácidos grasos monoinsaturados:

Ácido palmitoleico

Ácido oleico

Ácidos grasos de cadena larga omega 6:

Ácido linoleico - esencial

Ácido dihomo-gamma-linolénico

Ácido araquidónico

Ácido gamma-linolénico

Ácidos grasos de cadena larga omega 3:

Ácido alfa-linolénico - esencial

Ácido eicosapentaenoico (EPA)

Ácido docosahexanoico (DHA)

Ratios e índices:

Ratio omega6/omega3

Ratio araquidónico/eicosapentanoico

Índice omega3 (EPA + DHA)



- **Perfil de ácidos grasos en eritrocitos y perfil bioquímico (ZONA-E)**

+

Insulina

Hemoglobina glicosilada

Triglicéridos

Colesterol HDL

Colesterol LDL

Colesterol total

Ratio triglicéridos/cHDL

Ratio colesterol total/cHDL

El análisis del perfil de ácidos grasos en eritrocitos es indicativo de los ácidos grasos depositados en membranas, aportando información sobre la composición y funcionalidad de las membranas celulares. El análisis refleja el consumo de ácidos grasos de los 3 últimos meses, mientras que el perfil de ácidos grasos en suero es indicativo de la ingesta de grasas de los últimos 7-10 días.

El informe de resultados de cada perfil analítico se acompaña de un asesoramiento personalizado, con recomendaciones nutricionales.

### Indicaciones

La evaluación de ácidos grasos se puede realizar a cualquier edad (infancia, adolescencia, edad adulta y vejez), y está especialmente indicada en:

- Personas que desean gestionar proactivamente su salud
- Pacientes con enfermedades inflamatorias, inmunes o alérgicas
- Pacientes con enfermedades cardiovasculares (dislipemias, hipertensión, síndrome metabólico, etc.)
- Pacientes con alteraciones del estado del ánimo, del humor, del comportamiento o déficit cognitivo

Es aconsejable que el análisis de ácidos grasos se realice una vez al año.

### Requisitos

**Muestra:** 2 ml sangre total EDTA, protegida de la luz, mantener refrigerada (perfil AGRE); y además 1 ml suero, mantener refrigerado (perfil ZONA-E). Mínimo 8 horas de ayuno.