

**SYNLAB** 

# CHEQUEO COMPLETO

**HOMBRE**



# INFORME TIPO

## **INFORMACIÓN DEL PACIENTE:**

- Dirección:
- Petición:
- Origen:
- Doctor:

## **DIRECCIÓN DE LABORATORIO: Dr. Jordi Huguet Ballerter**

- Validación informática:

TUS  
RESULTADOS

---

INFORME TIPO

## RESUMEN

### HEMOGRAMA

6

#### Serie eritrocitaria

- Hematíes
- Hemoglobina
- Hematocrito
- Volumen corpuscular medio (VCM)
- Hemoglobina corpuscular media (HCM)
- Conc. de hgb. corpuscular media (CHCM)
- Índice de anisocitosis (RDW)

#### Serie leucocitaria

- Leucocitos
- Neutrófilos
- Linfocitos
- Monocitos
- Eosinófilos
- Basófilos
- Neutrófilos
- Linfocitos
- Monocitos
- Eosinófilos
- Basófilos

#### Serie plaquetaria

- Plaquetas
- Volumen plaquetario medio (VPM)

### NIVELES DE AZÚCAR

7

- Hemoglobina glicosilada

### PERFIL LIPÍDICO

10

- Colesterol total
- Colesterol HDL
- Colesterol LDL
- Triglicéridos

### FUNCIÓN RENAL

12

- Creatinina
- Filtrado glomerular estimado

INFORME TIPO

**FUNCIÓN HEPÁTICA** 13

- Aspartato aminotransferasa (AST/GOT)
- Alanina aminotransferasa (ALT/GPT)
- Gamma-glutamil transferasa (GGT)
- Albúmina

**INFLAMACIÓN** 15

- Proteína C reactiva ultrasensible (PCR-us)

**SISTEMÁTICO DE ORINA** 16

- pH
- Densidad
- Glucosa
- Proteínas
- Bilirrubina
- Urobilinógeno
- Cuerpos cetónicos
- Nitritos
- Hematíes
- Leucocitos
- Examen microscópico del sedimento

**FUNCIÓN DE LA PRÓSTATA** 18

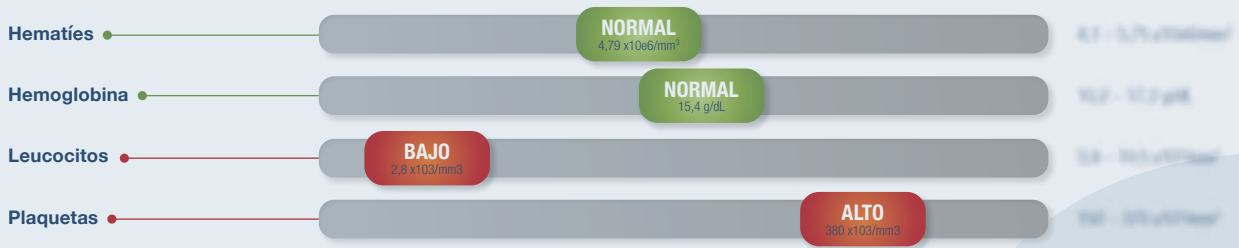
- PSA (antígeno prostático específico)
  - PSA libre
  - Ratio PSA libre / PSA total

INFORME TIPO

# Hemograma

MARCADORES ANALIZADOS 

 VALORES INDICATIVOS DE NORMALIDAD



# INFORME TIPO

## INFORMACIÓN ÚTIL

El hemograma es un estudio de sangre que permite evaluar el estado de salud general de un paciente. Este estudio se realiza a partir de una muestra de sangre obtenida por punción de la yema del dedo anular de la mano izquierda. El hemograma se compone de los siguientes parámetros:

- Hematíes:** células de la sangre que transportan oxígeno a los tejidos.
- Hemoglobina:** proteína que transporta oxígeno a los tejidos.
- Leucocitos:** células de la sangre que defienden al organismo de infecciones.
- Plaquetas:** células de la sangre que ayudan a la coagulación de la sangre.

La interpretación de los resultados de este estudio debe ser realizada por un médico. Este estudio puede ser útil para diagnosticar una variedad de condiciones de salud, como anemia, infección, inflamación y problemas de coagulación de la sangre.

# Niveles de azúcar

MARCADORES ANALIZADOS 

 VALORES INDICATIVOS DE NORMALIDAD

Hemoglobina glicosilada

**NORMAL**

4,79 x10e6/mm<sup>3</sup>

43 - 57 mmol/mol

**+ NORMAL**

INFORMACIÓN ÚTIL

# INFORME TIPO



# Niveles de azúcar

CONSEJOS PRÁCTICOS 



Consuma preferentemente lácteos de calcio con índice glucémico bajo (yogures y helados) y derivados (flour y quesos), ya que provocan un menor incremento de los niveles de glucosa en sangre tras su ingesta. Los alimentos de índice glucémico alto (como los almidones, como los panes, los cereales, el arroz y la pasta, arroz consumidos en sus versiones integrales, incluso los pastas y derivados) a lo largo del día, preferiblemente cuando haya a hacer ejercicio o tras haberlo hecho.



Contiene la ingesta de lácteos de calcio con pequeñas cantidades de alimentos que contengan grasas saludables, como frutos secos, aceites, aguacate o aceite de oliva virgen extra, para favorecer la disminución del índice glucémico de los alimentos y aportar salud.



Prezaca el consumo de piezas enteras de fruta (fruta a la fruta), ya que estas suelen contener mucha agua y fibra (normalmente varias piezas y almorzar con toda la fibra dietética). La mejor opción es el consumo de fruta entera (fruta) ya que el agua y el exceso de azúcar, sobre todo el azúcar añadido.



## INFORME

Consuma lácteos con un poco de azúcar de leche, ya que es apto para la salud.



## TIPO

Si tomar leche, recuerda que la leche de vaca no tiene menos azúcar que la convencional. Además, comprueba la etiqueta nutricional de los yogures porque su contenido en azúcar puede variar en función de si contienen fruta, cereales, etc.

Consuma con refrigeración los alimentos con un índice glucémico bajo. Consuma los alimentos con índice glucémico bajo y alto (como los almidones) con la fibra dietética.

Acostúmbrate a tomar ensaladas de panes, arroz o pastas **congeladas el día anterior y refrigeradas en la nevera.**



# Niveles de azúcar

## INGESTA DIARIA RECOMENDADA DE AZÚCARES LIBRES

Tanto en adultos como en niños, la Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda reducir la ingesta de azúcares libres a menos del 10 % de la ingesta calórica total (menos de 50 g/día para una dieta media).

INDICE ALFABÉTICO DE LOS ALIMENTOS



GRUPO DE ALIMENTOS	IG ALTO (>75) ✘	IG MEDIO (45-75) ⚠	IG BAJO (<25) ✔
Alimentos			
Bebidas			
Grasas			
Legumbres y cereales			
Productos lácteos			
Proteínas			
Verduras y hortalizas			

INFORME TIPO

# Perfil lipídico

MARCADORES ANALIZADOS 

 VALORES INDICATIVOS DE NORMALIDAD



**+ ALTERADO**

# INFORME TIPO

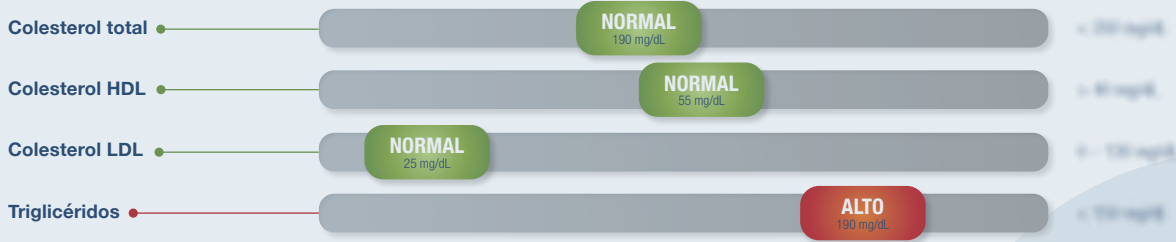
**INFORMACIÓN UTIL**

Este informe de laboratorio muestra los resultados de los análisis de colesterol total, colesterol HDL, colesterol LDL y triglicéridos. Los valores de referencia se muestran a la derecha de cada resultado. Los resultados de los análisis de colesterol total, colesterol HDL y colesterol LDL están dentro de los límites de normalidad. Sin embargo, los resultados de los análisis de triglicéridos están por encima de los límites de normalidad, lo que indica un nivel alto de triglicéridos. Este resultado puede estar relacionado con una dieta alta en grasas saturadas y azúcares, una actividad física reducida o una condición médica subyacente. Se recomienda consultar con su médico para discutir los resultados de su análisis y las opciones de tratamiento disponibles. Su médico puede recomendar cambios en su dieta y estilo de vida, así como medicamentos para reducir los niveles de triglicéridos. Es importante seguir las recomendaciones de su médico para mantener su salud y prevenir complicaciones. Este informe es solo una referencia y no debe utilizarse como diagnóstico. Siempre consulte con su médico para obtener más información sobre sus resultados de laboratorio.

# Perfil lipídico

MARCADORES ANALIZADOS 

 VALORES INDICATIVOS DE NORMALIDAD



+ ALTERADO

# INFORME TIPO

INFORMACIÓN ÚTIL

Este informe contiene los resultados de los análisis de laboratorio de la muestra de sangre del paciente, los cuales se comparan con los valores de referencia de la población general. Los resultados se expresan en unidades de medida internacionales (SI) y en unidades de medida convencionales (CGS).

**Colesterol total:** Este resultado indica el nivel total de colesterol en la sangre. Un nivel elevado puede aumentar el riesgo de enfermedades cardiovasculares.

**Colesterol HDL:** Este resultado indica el nivel de colesterol "bueno". Un nivel bajo puede aumentar el riesgo de enfermedades cardiovasculares.

**Colesterol LDL:** Este resultado indica el nivel de colesterol "malo". Un nivel elevado puede aumentar el riesgo de enfermedades cardiovasculares.

**Triglicéridos:** Este resultado indica el nivel de triglicéridos en la sangre. Un nivel elevado puede aumentar el riesgo de enfermedades cardiovasculares.

Los resultados de este informe deben ser interpretados en conjunto con los antecedentes clínicos del paciente y los resultados de otros exámenes de laboratorio. Consulte a su médico para una interpretación adecuada de los resultados.

Este informe es una herramienta de apoyo para el diagnóstico y el tratamiento de las enfermedades. No debe utilizarse como único criterio de diagnóstico. Consulte a su médico para una interpretación adecuada de los resultados.

# Perfil lipídico

## CONSEJOS PRÁCTICOS



Reduce el consumo de productos ricos en grasas saturadas, embutidos, margarina, carnes grasas y evita las grasas trans incluidas en bollería industrial, aperitivos salados, aceites muy refinados... ya que aumentan los niveles de colesterol LDL y triglicéridos y a su vez, reducen el colesterol HDL en sangre.



Utiliza poco aceite para cocinar, evitando freír los alimentos y optando por cocinarlos al vapor, hervidos, guisados, asados o salteados con un poco de agua o caldo de verduras. Usa un sartén antiadherente, puedes ahorrarte aceite de otra manera: evita el frito, que ayuda a reducir el colesterol LDL y favorece el aumento del colesterol HDL.



Realiza actividad física o deporte según las posibilidades, estilo, edad, sexo y en la vida, salir y bajar escaleras, etc. La práctica de ejercicio contribuye favorablemente en el nivel de colesterol HDL, reduce el colesterol LDL, y evita la acumulación de triglicéridos, permitiendo alcanzar un buen estado de salud metabólica.

# INFORME TIPO



Consumo alimentos ricos en grasas insaturadas y fibra dietética soluble, que son ricos en antioxidantes y tienen un impacto positivo sobre el colesterol total.

Consumo alimentos ricos en omega 3 como el pescado azul, preferiblemente pequeño (sardina, boquerón, jurel...), y frutos secos y semillas (nueces, semillas de lino...).

Consumo alimentos ricos en omega 3 como el pescado azul, preferiblemente pequeño (sardina, boquerón, jurel...), y frutos secos y semillas (nueces, semillas de lino...).

# Función renal

MARCADORES ANALIZADOS 

 VALORES INDICATIVOS DE NORMALIDAD

Creatinina  **NORMAL** 1,00 mg/dL RIF - 0,57 mg/dL

Filtrado glomerular estimado  **NORMAL** 77 mL/min/1,73m<sup>2</sup> RIF - 60-130 mL/min/1,73m<sup>2</sup>

— Filtrado glomerular estimado según la fórmula MDRD-4 (Levey et al; 2000).

**+ NORMAL**

**NORMAL**

# INFORME TIPO

INFORMACIÓN ÚTIL

La función renal se refiere a la capacidad de los riñones para filtrar la sangre y eliminar los desechos y el exceso de líquidos. Los riñones también ayudan a regular la presión arterial y a producir hormonas que ayudan a mantener el equilibrio de los minerales y el calcio en el cuerpo.

Los síntomas de una función renal alterada pueden incluir cansancio, náuseas, vómitos, pérdida de peso, pérdida de apetito, dificultad para respirar, hinchazón de las piernas y cambios en el patrón de orinar.

Los factores de riesgo para una función renal alterada incluyen la diabetes, la hipertensión, el uso prolongado de ciertos medicamentos y la enfermedad renal crónica.

CONSEJOS PRÁCTICOS 



Consuma al menos 200 g de verduras y hortalizas al día, pues en los alimentos beneficiosos para el buen funcionamiento de los riñones y para la prevención de la enfermedad renal crónica.



Consuma legumbres y frutos secos varias veces a la semana, ya que también puede contribuir a mantener el buen estado de los riñones.



Procure beber agua y líquidos en abundancia al menos 2 litros al día en total.



# Función hepática

MARCADORES ANALIZADOS 

 VALORES INDICATIVOS DE NORMALIDAD

Aspartato aminotransferasa (AST/GOT)	<b>NORMAL</b> 20 U/L	0-40 U/L
Alanina aminotransferasa (ALT/GPT)	<b>NORMAL</b> 33 U/L	0-40 U/L
Gamma-glutamil transferasa (GGT)	<b>ALTO</b> 75 U/L	0-50 U/L
Albúmina	<b>ALTO</b> 92 g/L	35-50 g/L

+ ALTERADO

# INFORME TIPO

## INFORMACIÓN ÚTIL

El hígado cumple funciones vitales para el organismo, como el almacenamiento de nutrientes, la síntesis de proteínas y la producción de bilis. Los marcadores de función hepática permiten evaluar el estado de salud de este órgano y detectar posibles alteraciones. Los valores de referencia para los marcadores de función hepática en hombres son los siguientes:

Los niveles elevados de los marcadores de función hepática pueden indicar una variedad de condiciones, como la hepatitis, la cirrosis o la enfermedad biliar. Sin embargo, también pueden estar elevados en personas sanas, especialmente después de un consumo excesivo de alcohol o de ciertos medicamentos. Es importante consultar con un médico para interpretar los resultados de los marcadores de función hepática y determinar la causa de la elevación.

En el presente informe se muestran los resultados de los marcadores de función hepática analizados. Los valores de referencia se indican en la columna de la derecha. Los marcadores de función hepática que están elevados se muestran en rojo. Se recomienda consultar con un médico para interpretar los resultados de los marcadores de función hepática y determinar la causa de la elevación.

# Función hepática

CONSEJOS PRÁCTICOS 



Integrado de incorporar en la dieta diferentes tipos de cebollas (por ejemplo, china, de frontera, cuello, romana, holandesa, etc.), además de calabacín, ajo y puerros, ya que estos alimentos pueden mejorar la función hepática, reduciendo a la vez el riesgo de cáncer.



Cuando se cocine la carne directamente a la brasa y reduce el tiempo de contacto directo la carne más frecuentemente. De este modo, minimizaremos la formación de compuestos tóxicos que sobrecargan al hígado. Además, procura no consumir las partes de la carne más empapadas.



Consumir frutas ricas en antioxidantes, como las fresas, arándanos, y de manera diaria, ya que son ricas en antioxidantes y se han mostrado beneficiosas para la función hepática, al igual que la soja, la coliflor y el romero.



# INFORME TIPO



# Inflamación

MARCADORES ANALIZADOS 

 VALORES INDICATIVOS DE NORMALIDAD

Proteína C reactiva ultrasensible (PCR-us)

**NORMAL**  
2 mg/L

< 3 mg/L

**+ NORMAL**

**NORMAL**

## INFORMACIÓN ÚTIL

# INFORME TIPO



Reduce el consumo de alimentos ricos en grasas saturadas, omega 3 que ejerce un efecto antiinflamatorio y de prevención frente a marcadores de enfermedad cardiovascular, entre otros patógenos.  
Para ello, consume semanalmente 4-5 raciones de pescado o productos del mar (2 de ellos de pescado azul, preferiblemente sardinas, truchas, etc.) y hortalizas muy frecuentemente.



Reduce el consumo de alimentos ricos en carbohidratos refinados como: helados y pastelería industrial, helados azucarados, cereales de desayuno con alto contenido en azúcar, miel, sirope de agave, chocolate con alto contenido en azúcar, etc. y evita el uso de grasas en sirope.



Reduce la ingesta de alimentos con alto contenido en grasas saturadas, azúcares y un incremento de la inflamación. Se encuentran principalmente en alimentos de origen animal como: carnes rojas, tocino, embutidos, queso helado y en algunos productos de origen vegetal, como el aceite de coco y el aceite de palma.



Reduce la ingesta de alimentos que contienen grasas trans, como margarinas, cereales procesados, helados y pastelería industrial. Evita todos los helados, magdalenas, etc.

# Sistemático de orina

MARCADORES ANALIZADOS 

 VALORES INDICATIVOS DE NORMALIDAD

pH	<b>NORMAL</b> 5.5	5.5
Densidad	<b>NORMAL</b> 1023	1010 - 1030
Glucosa	NEGATIVO	Negativo
Proteínas	NEGATIVO	Negativo
Bilirrubina	NEGATIVO	Negativo
Urobilinógeno	<b>ALTO</b> 173	0 - 1
Cuerpos cetónicos	NEGATIVO	Negativo
Nitritos	NEGATIVO	Negativo
Hematíes	POSITIVO	0 - 1
Leucocitos	NEGATIVO	0 - 1
Examen microscópico del sedimento		

**INFORME TIPO**

**+ ALTERADO**

ALTERADO

# Sistemático de orina

## INFORMACIÓN ÚTIL

El análisis de orina es un examen que se realiza para detectar la presencia de sustancias que pueden indicar una enfermedad o un trastorno. Este examen se realiza de forma rutinaria en el chequeo completo de hombres y puede ayudar a detectar problemas de salud antes de que se vuelvan graves.

Este análisis de orina se realiza de la siguiente manera:

1. **Preparación:** Antes de realizar el análisis, se debe evitar consumir alcohol, cafeína y alimentos que contengan colorantes artificiales durante las 24 horas anteriores al examen.

2. **Muestra:** Se solicita una muestra de orina limpia y fresca. El paciente debe lavarse las manos con agua y jabón antes de orinar y debe orinar en un recipiente estéril que se le proporciona.

3. **Envío:** La muestra de orina debe ser enviada al laboratorio de análisis de orina.

4. **Resultados:** Los resultados del análisis de orina se envían al médico tratante. El médico puede solicitar un análisis de orina adicional si los resultados no son normales.

# INFORME TIPO

5. **Interpretación:** El médico puede solicitar un análisis de orina adicional si los resultados no son normales.

6. **Tratamiento:** El tratamiento depende de los resultados del análisis de orina. El médico puede recomendar cambios en la dieta, medicamentos o cirugía.

7. **Seguimiento:** El paciente debe seguir las recomendaciones del médico y acudir a las citas de seguimiento para evaluar la respuesta al tratamiento.

# Función de la próstata

MARCADORES ANALIZADOS 

 VALORES INDICATIVOS DE NORMALIDAD

PSA (antígeno prostático específico)

**NORMAL**  
3 ng/mL

u g/dL

**+ NORMAL**

**NORMAL**

## INFORMACIÓN ÚTIL

# INFORME TIPO

El PSA es un marcador tumoral que se utiliza para detectar la presencia de cáncer de próstata. Los niveles elevados de PSA pueden indicar la presencia de cáncer de próstata, pero también pueden ser causados por otras condiciones, como la prostatitis o la hiperplasia prostática benigna (HPB). El PSA se mide en ng/mL y los valores normales son inferiores a 4 ng/mL. Los valores elevados de PSA pueden indicar la presencia de cáncer de próstata, pero también pueden ser causados por otras condiciones, como la prostatitis o la hiperplasia prostática benigna (HPB).