

GUÍA DE PANELES DE LABORATORIO

Análisis Clínicos Especializados

JESÚS POLANCO, Dietista

Consultor en Terapia Nutricional Médica

Proactive Healthy Style LLC

INTRODUCCIÓN A LOS PANELES DE LABORATORIO

Los análisis de laboratorio son herramientas diagnósticas esenciales que permiten evaluar el estado de salud actual, detectar desequilibrios metabólicos tempranos y monitorear la efectividad de intervenciones nutricionales y médicas.

Esta guía presenta los paneles de laboratorio más importantes para la evaluación integral de salud metabólica, hormonal y funcional. Cada panel ha sido seleccionado por su utilidad clínica y capacidad para proporcionar información accionable.

PANEL CBC/QUÍMICA COMPLETA

Descripción General

Panel metabólico completo que evalúa glucosa, función renal, función hepática, electrolitos, perfil lipídico y conteo sanguíneo completo. Permite detectar signos de enfermedad cardíaca, anemia, trastornos de coagulación, condiciones inmunológicas y alteraciones metabólicas.

Perfil del Paciente Ideal

Pacientes que requieren evaluación metabólica integral, control de condiciones crónicas, monitoreo de riesgo cardiovascular, o evaluación basal de salud antes de iniciar protocolos nutricionales o farmacológicos.

Este Panel Incluye

Glucosa en Sangre

- Glucosa en ayunas

Función Renal

- Ácido úrico
- BUN (nitrógeno ureico en sangre)
- Creatinina
- Relación BUN/Creatinina
- eGFR (tasa de filtración glomerular estimada)

Electrolitos y Minerales

- Sodio
- Potasio
- Cloruro
- Calcio
- Fósforo
- Hierro
- Dióxido de carbono (CO₂)

Función Hepática

- Proteína total
- Albúmina
- Globulina
- Bilirrubina
- Fosfatasa alcalina
- LDH (lactato deshidrogenasa)
- AST (aspartato aminotransferasa)
- ALT (alanina transaminasa)

Perfil Lipídico

- Colesterol total
- Triglicéridos
- Colesterol HDL
- Colesterol LDL (calculado)
- Colesterol VLDL (calculado)
- Relación Colesterol total/HDL
- Riesgo estimado de enfermedad coronaria

Conteo Sanguíneo Completo

- Conteo de glóbulos rojos
- Hemoglobina
- Hematocrito
- MCV (volumen corpuscular medio)
- MCH (hemoglobina corpuscular media)
- MCHC (concentración de hemoglobina corpuscular media)
- RDW (distribución de glóbulos rojos)
- Conteo de glóbulos blancos
- Conteo diferencial
- Conteo de plaquetas

Instrucciones de Preparación

Esta prueba puede realizarse en ayunas o 2 a 6 horas después de comer. Ambas opciones proporcionan información valiosa, aunque 2 a 6 horas después de una comida ofrece una evaluación más realista del estado sanguíneo en la vida cotidiana. Manténgase hidratado y tome sus medicamentos según prescripción.

Punto de Conexión

Este es el panel más completo para evaluación de salud general. Ideal para pacientes que inician programas de pérdida de peso, protocolos nutricionales, o necesitan evaluación basal antes de suplementación. **Detecta tempranamente riesgo cardiovascular, diabetes, anemia, problemas renales y hepáticos.** Recomendado realizar anualmente o cada 6 meses en pacientes con condiciones crónicas.

PANEL HORMONAL FEMENINO BÁSICO

Descripción General

Panel diseñado para evaluar niveles hormonales esenciales en mujeres, especialmente durante transición menopáusica. **Evalúa hormonas críticas para mantener vitalidad, composición corporal, función sexual, estado de ánimo y salud ósea.**

Perfil del Paciente Ideal

Mujeres mayores de 35 años con síntomas de desequilibrio hormonal: fatiga persistente, cambios de humor, bochornos, sequedad vaginal, bajo deseo sexual, dificultad para perder peso, insomnio, ansiedad o depresión. **También para mujeres perimenopáusicas o posmenopáusicas que consideran o están en terapia de reemplazo hormonal.**

Este Panel Incluye

DHEA-S

Producida principalmente por las glándulas suprarrenales, DHEA es la hormona esteroide más abundante en el cuerpo humano. Juega un papel fundamental en el equilibrio hormonal, función inmune, energía, estado de ánimo y mantenimiento de masa muscular y ósea. Dado que el DHEA oral se convierte principalmente en DHEA-S, y los niveles de DHEA-S son más estables en sangre, su medición es preferible.

Estradiol

Hormona sexual femenina primaria, el estradiol es una forma de estrógeno responsable de regular el ciclo menstrual, elasticidad de la piel, fortaleza ósea, salud de vejiga y vaginal.

Testosterona Libre y Total

Conocida como la hormona del bienestar, la testosterona ayuda a mantener la libido de la mujer, masa ósea y muscular, salud cardiovascular, estado de ánimo y sensación de bienestar. La testosterona en conjunto con estrógeno es crucial para minimizar bochornos, trastornos del sueño, sudores nocturnos y sequedad vaginal.

Progesterona

Instrumental para equilibrar los efectos poderosos del estrógeno. Un desequilibrio entre progesterona y estrógeno se vincula con aumento de peso, insomnio, ansiedad, depresión, migrañas, cáncer, fibromas uterinos, quistes ováricos y osteoporosis.

Fundamento Clínico

A medida que las mujeres entran en los años menopáusicos, la producción corporal de estrógeno, progesterona y otras hormonas necesarias para mantener la vitalidad juvenil declina rápidamente. Este panel contiene las hormonas más esenciales que una mujer debe evaluar, cada una crucial para apoyar la salud óptima.

Instrucciones de Preparación

No se requiere ayuno para esta prueba. Tome todos los medicamentos según prescripción. Si está suplementando con hormonas, sugerimos tomarlas aproximadamente 2 horas antes de la extracción de sangre para ver niveles pico. Las hormonas se miden mejor entre 8 y 10 AM. Los anticonceptivos hormonales pueden interferir con los resultados de progesterona y estrógeno.

Mujeres premenopáusicas: Para un ciclo de 28 días, la sangre debe extraerse el día 21 (el día 1 es el día que comienza el sangrado). Para ciclos más largos o cortos, cuente 8 días hacia atrás desde el día en que comenzaría su próxima menstruación.

Mujeres posmenopáusicas: La sangre puede extraerse cualquier día del mes.

Punto de Conexión

Este panel es esencial para cualquier mujer mayor de 35 años que experimente síntomas de desequilibrio hormonal. Perfecto para pacientes que consideran terapia de reemplazo hormonal bioidéntica o necesitan monitorear efectividad de tratamiento actual. **Los resultados guían decisiones precisas sobre suplementación hormonal, optimización de DHEA y balance estrógeno-progesterona. Recomendado realizar cada 6 meses durante perimenopausia y anualmente en posmenopausia estable.**

Consultoría y Análisis:

JESÚS POLANCO, Dietista

Consultor en Terapia Nutricional Médica
Proactive Healthy Style LLC

AVISO LEGAL

Esta guía es exclusivamente informativa y educativa. Los análisis de laboratorio requieren interpretación profesional. No sustituye consulta médica personalizada. Consulte con su profesional de la salud antes de realizar cualquier análisis o iniciar tratamiento basado en resultados.