

1. Imagineu que en el resultat d'una anàlisi de sang que us heu fet observeu que la concentració en sang de colesterol total és normal, però la concentració d'HDLs és superior als valors mitjans. Us hauríeu de preocupar? Per què?

2. Imagineu que en el resultat d'una anàlisi de sang que us heu fet observeu que la concentració en sang de colesterol total és normal, però la concentració d'LDLs és superior als valors mitjans. Us hauríeu de preocupar? Per què?

3. Expliqueu per què és recomanable incloure àcids grassos insaturats en la dieta.

4. Expliqueu per què és recomanable no abusar dels àcids grassos saturats en la dieta.