

¿Qué es la lipoproteína (a) y cómo afecta mi salud cardíaca?

Sandra Revill Tremulis se propuso evitar sufrir la enfermedad cardíaca común en tu familia. Adoptó un [estilo de vida saludable y se sometió a controles anuales](#). A pesar de tener niveles normales de colesterol, se le acumuló placa en las arterias. A los 39 años, estuvo al borde de la muerte por un ataque cardíaco a causa de una obstrucción del 95% del flujo sanguíneo.

Pruebas adicionales revelaron el posible problema. Tremulis tenía un nivel elevado de lipoproteína (a) o Lp(a).

“Desde ese momento empecé a informarme y empoderarme”, afirmó. “No podía creer que nadie hablara de esto”.

En los años siguientes, investigó sobre la Lp(a), habló con profesionales de la salud y creó una fundación con el fin de crear conciencia sobre esta enfermedad. Tremulis notó que gracias a su trabajo, los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés) reconocieron los altos niveles de la Lp(a) como un diagnóstico clínico en el 2018. La CDC aprobó los códigos de diagnóstico para la facturación y el pago relacionados con el trabajo clínico y las pruebas de laboratorio.

“Quería asegurarme de que hubiera ayuda para cada niño que herede esta afección; de esta manera, podrán cambiar su destino cardiovascular”, comentó.

¿Qué es la Lp(a)?

La Lp(a) es una lipoproteína que transporta colesterol en la sangre. Tu nivel es principalmente hereditario y, cuando es alto, puede aumentar tu riesgo de enfermedades cardíacas y ataques o derrames cerebrales. Está compuesta por dos proteínas principales:

- Apolipoproteína (a), o apo(a),
- Apolipoproteína B, o (apoB)-100

Las partículas de ApoB también se encuentran en la lipoproteína de baja densidad (LDL, por sus siglas en inglés), o colesterol “malo”, pero tienen características diferentes en la Lp(a). Los niveles elevados de apoB se asocian a un mayor riesgo de enfermedades cardíacas. Los análisis de sangre pueden mostrar los niveles de estas proteínas en tu sangre. Habla con tu profesional de la salud sobre qué análisis de sangre son los más adecuados para ti.

¿Por qué la Lp(a) aumenta mi riesgo de enfermedades cardíacas?

Si tu nivel de Lp(a) es de 125 nmol/L (50 mg/dL) o más, este puede facilitar la formación de coágulos y la inflamación. Esto puede aumentar el riesgo de sufrir ataques cardíacos, ataques o derrames cerebrales, estenosis aórtica y enfermedad arterial periférica. Es especialmente cierto si padece enfermedades coronarias o hipercolesterolemia familiar (HF). La HF es una afección hereditaria en la que las personas pueden nacer con niveles muy altos de colesterol LDL.

La Lp(a) puede acumularse en los vasos sanguíneos y formar placas, de forma similar al colesterol LDL. Estas placas pueden bloquear el flujo sanguíneo a órganos como el corazón, el cerebro, los riñones y los pulmones. Esto puede provocar ataques cardíacos, ataques o derrames cerebrales y otros problemas cardiovasculares.

En estudios de largo plazo, se demostró que hay una posible relación entre los niveles elevados de Lp(a) y el riesgo de valvulopatía aórtica calcificada. Los niveles elevados de Lp(a) pueden aumentar la inflamación y la calcificación de las células cardíacas. Esto puede provocar la acumulación de calcio en la válvula aórtica.

¿Cómo puedo saber si estoy en riesgo de presentar niveles altos de la Lp(a)?

Muchas personas que tienen altos niveles de Lp(a) no presentan síntomas. La única forma de conocer tu nivel de Lp(a) es mediante un simple análisis de sangre. En las directrices actuales, se recomienda que todos los adultos se sometan a la prueba, al menos, una vez en la vida. Pregúntele a tu profesional de la salud si puede solicitar una prueba de Lp(a) en tu próxima cita.

¿Qué factores aumentan mi riesgo de presentar niveles elevados de la Lp(a)?

- Tus niveles de Lp(a) pueden ser más elevados si es de ascendencia sudasiática o africana.
- Si padece HF, enfermedad renal, enfermedad hepática o enfermedad tiroidea, es posible que tenga más probabilidades de presentar niveles elevados de Lp(a).
- Si es mujer, tu nivel de Lp(a) pueden aumentar durante ciertas etapas de la vida, como el embarazo y la menopausia.

¿Cómo puedo disminuir mis niveles de la Lp(a)?

Los cambios en el estilo de vida no afectan tu nivel de Lp(a). No obstante, si tienes un nivel elevado de la Lp(a), tu profesional de la salud le recomendará lo siguiente:

- Manténgase activo
- Siga una dieta saludable
- Duerma lo suficiente

- Evite fumar
- Mantenga un índice de masa corporal (IMC) saludable

El riesgo de padecer enfermedades cardíacas y ataques o derrames cerebrales depende de varios factores, no solo de la Lp(a).

“Life’s Essential 8™ son las medidas clave para mejorar y mantener la salud *cardiovascular* (según lo define la American Heart Association)”, afirmó la Dra. Gissette Reyes-Soffer de Columbia University Irving Medical Center.

“También es importante controlar el colesterol”, señaló Reyes-Soffer. Indicó que tener niveles altos de LDL y Lp(a) puede aumentar aún más el riesgo de padecer enfermedades cardíacas.

Actualmente, no existe ningún medicamento aprobado solo para reducir la Lp(a). Se demostró que algunos medicamentos, como los inhibidores de la PCSK9, reducen la Lp(a) y el colesterol LDL.

En casos especiales, se puede utilizar la aféresis de lipoproteínas para personas con colesterol muy alto, como las personas que tienen hipercolesterolemia familiar homocigótica (HFHo). Este procedimiento consiste en filtrar tanto la Lp(a) como el LDL, lo que reduce temporalmente los niveles de estas. Consulta con tu profesional de la salud sobre las mejores opciones de tratamiento para ti.