



# Entenda como funciona o exame de Lp(a)

1

## O que é lipoproteína(a)?

A Lipoproteína(a), ou Lp(a), é uma lipoproteína que transporta colesterol no sangue. **O nível de LP(a) é geralmente herdado** e, quando está alto, pode aumentar o risco de doença cardíaca e AVC. **Cerca de 1 em cada 5 pessoas possuem Lp(a) elevada e muitas não apresentam sintomas.**

## Como posso fazer o exame?

O exame regular de colesterol (perfil lipídico) não mede a Lp(a). **Para saber seu nível, peça a seu profissional de saúde um exame de Lp(a).** As diretrizes atuais recomendam que **todos os adultos realizem esse exame pelo menos uma vez na vida.** Os exames podem ser especialmente importantes se você tiver:

- Antecedentes familiares ou pessoais de doença cardíaca prematura (abaixo de 55 anos para homens e abaixo de 65 anos para mulheres)
- Antecedentes familiares conhecidos de Lp(a) alta
- Diagnóstico de hipercolesterolemia familiar (FH), condição herdada em que as pessoas podem nascer com níveis muito altos de LDL

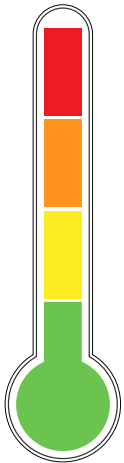
2



3

## O que meus resultados significam?

A doença cardíaca e o risco de AVC são moldados por muitos fatores, e a Lp(a) é um deles. Se o seu nível de Lp(a) for **125 nmol/L (50 mg/dL) ou mais alto**, isso poderá aumentar seu risco de doença cardíaca e AVC. Se o seu nível for **250 nmol/L (100 mg/dL) ou mais alto**, isso pode dobrar o risco. Seu profissional de saúde pode explicar o que seu nível significa e ajudar a planejar os próximos passos.



4

## Como posso diminuir meu risco?

Embora as mudanças no estilo de vida não reduzam os níveis de Lp(a), é importante diminuir o risco geral de doença cardíaca e AVC.



Controlar outros fatores de risco, como colesterol, pressão arterial e diabetes



Manter uma dieta saudável para o coração



Praticar atividade física regularmente



Manter um peso saudável



Evitar produtos de tabaco



Ter de 7 a 9 horas de sono repousante todos os dias

5

## Meu plano de saúde cobre o exame de Lp(a)?

A maioria dos planos de saúde cobre esse exame. Quando você ligar para verificar, mencione o **código CPT 83695**. Se o seu plano não cobrir, seu profissional de saúde pode ajudar a encontrar opções de exame mais acessíveis.

Se o seu nível de Lp(a) for alto, a recomendação é realizar um **rastreamento em cascata**. Isso significa que seus familiares próximos, incluindo pais, irmãos e filhos, devem realizar esse exame, para encontrar outras pessoas que possam estar em risco.

**Fale com seu profissional de saúde sobre a Lp(a) e formas de reduzir o risco de doença cardíaca e AVC.** Saiba mais em [heart.org/Lpa](http://heart.org/Lpa) (site em inglês)