

1

¿Qué es la lipoproteína (a)?

La lipoproteína (a), o 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. **Aproximadamente 1 de cada 5 personas tiene niveles altos de Lp(a) y muchas no presentan síntomas.**



¿Cómo puedo someterme a la prueba?

Las pruebas habituales del colesterol (perfil lipídico) no miden la Lp(a). **Para conocer tu nivel, pídele a tu profesional de la salud una prueba de Lp(a).** En las directrices actuales, se recomienda que **todos los adultos se sometan a la prueba, al menos, una vez en la vida.** La prueba puede ser especialmente importante si cumples con las siguientes condiciones:

- Tener antecedentes personales o familiares de enfermedades cardíacas prematuras (antes de los 55 años en los hombres y antes de los 65 años en las mujeres)
- Tener antecedentes familiares de niveles altos de Lp(a)
- Tener un diagnóstico de hipercolesterolemia familiar (HF), una afección hereditaria en la que las personas pueden nacer con niveles muy altos de LDL

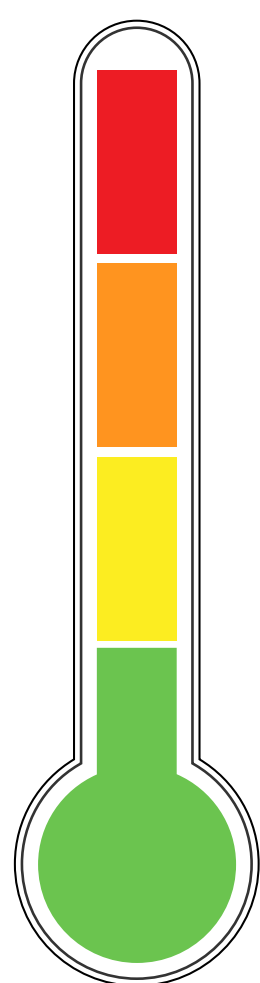
2



3

¿Qué significan los resultados?

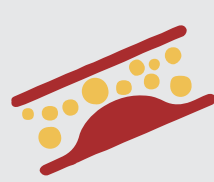
El riesgo de padecer enfermedades cardíacas y sufrir ataques o derrames cerebrales se determina por muchos factores, y la Lp(a) es uno de estos. Si tu nivel de Lp(a) es de **125 nmol/L (50 mg/dL) o superior**, tu riesgo de padecer una enfermedad cardíaca o sufrir un ataque o derrame cerebral puede aumentar, y si tu **nivel es de 250 nmol/L (100 mg/dL) o superior**, tu riesgo puede duplicarse. Tu profesional de la salud puede explicar qué significa tu nivel y ayudarte a planificar los siguientes pasos.



4

¿Cómo puedo reducir mi riesgo?

Aunque los cambios en el estilo de vida no pueden disminuir los niveles de Lp(a), es importante reducir el riesgo general de presentar enfermedades cardíacas y ataques o derrames cerebrales mediante la implementación de siguientes medidas:



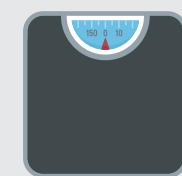
Controlar otros factores de riesgo como el colesterol, la presión arterial y la diabetes



Seguir una dieta saludable para el corazón



Hacer actividad física de forma regular



Mantener un peso saludable



Evitar los productos de tabaco



Tener entre 7 y 9 horas de sueño reparador cada día

5

¿Cubrirá mi seguro médico la prueba de Lp(a)?

La mayoría de los planes de seguro médico cubren esta prueba. Cuando llames para corroborar, menciona el **código CPT 83695**. Si tu plan no la cubre, tu profesional de la salud podría ayudarte a encontrar opciones de pruebas más asequibles.

Si tu nivel de Lp(a) es alto, se recomienda la **detección en cascada**. Esto significa realizar pruebas a familiares cercanos, incluidos padres, hermanos e hijos, para identificar a otras personas que pueden estar en riesgo.



Habla con tu profesional de la salud acerca de tus niveles de Lp(a) y de cómo reducir el riesgo de sufrir un ataque cardíaco y un ataque o derrame cerebral. Obtén más información en **heart.org/Lpa**.