



1

¿Qué es la lipoproteína (a)?

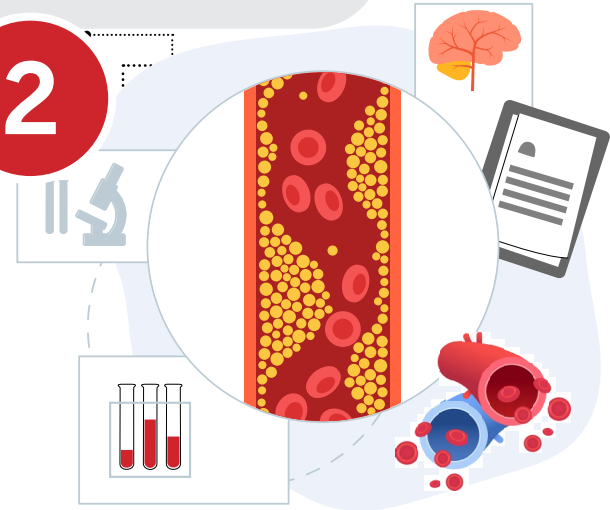
La lipoproteína (a), o Lp(a), es una lipoproteína que transporta colesterol en la sangre. **Tu nivel es principalmente hereditario**, y cuando es alto, puede aumentar tu riesgo de enfermedades cardíacas y ataques o derrames cerebrales. **Aproximadamente 1 de cada 5 personas tiene niveles altos de Lp(a) y muchas no presentan síntomas.**

¿Cómo puedo hacerme la prueba?

Las pruebas regulares 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 hagan la prueba, al menos, una vez en la vida.** La prueba puede ser especialmente importante si tienes:

- Tener antecedentes familiares o personales 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 lipoproteínas de baja densidad (LDL, por sus siglas en inglés)

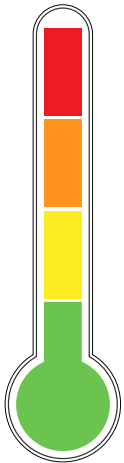
2



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 enfermedades cardíacas 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



Llevar 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.

Habla con tu profesional de la salud acerca de tu nivel de Lp(a) y sobre formas de reducir tu riesgo de padecer enfermedades cardíacas y ataques o derrames cerebrales.

Obtén más información en heart.org/Lpa.