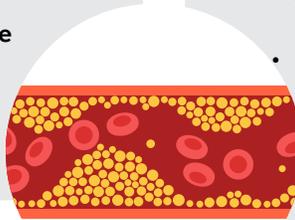
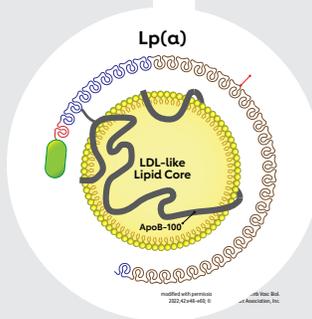


# ¿Que es la Lp(a)?

## ¿Qué es la Lp(a)?

- **Lp(a)** significa **lipoproteína (a)**, un tipo de lipoproteína **heredada genéticamente** producida en el hígado, que transporta colesterol, grasas y proteínas en la sangre.
- La Lp(a) tiene una **estructura similar** a la lipoproteína de baja densidad (LDL, por sus siglas en inglés) o colesterol "malo". Está formado por una partícula de lipoproteína de baja densidad (LDL) que contiene apolipoproteína B (apoB100) conectada a una proteína adicional llamada apolipoproteína(a) [apo(a)].
- Los niveles elevados de Lp(a) son **un factor de riesgo independiente y común** de las enfermedades cardíacas y afectan aproximadamente a 1 de cada 5 personas en todo el mundo.



## ¿Por qué debería saber mi nivel de Lp(a)?

- Un nivel de Lp(a) **mayor o igual a 50 mg/dL** (o  $\geq 125$  nmol/L) **aumenta el riesgo de ataque cardíaco, ataque o derrame cerebral, enfermedad arterial periférica (EAP), estenosis aórtica y otras afecciones cardiovasculares.**
- Los niveles altos de Lp(a) **pueden provocar la acumulación de placa en las paredes de las arterias**, estrecharlas y reducir el flujo sanguíneo o causar obstrucciones en órganos vitales como el corazón, el cerebro, los riñones y los pulmones.
- Los niveles elevados de Lp(a) también aumentan **la inflamación y la coagulación sanguínea**, lo que dificulta la descomposición de los coágulos sanguíneos existentes y aumenta el riesgo de ruptura de la placa en las arterias.

## ¿Hay otros factores que me ponen en riesgo de tener mi nivel de Lp(a) elevado?

- **Etnia:** Las personas de raza negra que son descendientes de poblaciones de África y del sur de Asia tienen los niveles más altos de Lp(a).
- Su nivel de Lp(a) está determinado principalmente por la genética, pero algunas afecciones pueden aumentar sus niveles, como la diabetes, enfermedad renal crónica y la posmenopausia.

Si un miembro de tu familia tiene Lp(a) alta, es importante que te hagas la prueba y animes a otros miembros de tu familia a hacerse la prueba. Preguntale a tu doctor acerca del cribado en cascada familiar.

## Muchas personas no presentan síntomas.

Usted podría tener altos niveles de Lp(a) aunque tenga un estilo de vida saludable y tenga todos los demás factores de riesgo de enfermedades cardíacas controlados. **Hable con su doctor si tiene alguno de los siguientes antecedentes:**

- Antecedentes familiares conocidos de niveles altos de Lp(a).
- Antecedentes familiares o personales de enfermedades cardíacas o enfermedades cardiovasculares a temprana edad.
- Diagnóstico de hipercolesterolemia familiar (HF), una afección hereditaria que provoca que el cuerpo recicle de forma deficiente el colesterol LDL.

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

Aunque los niveles de Lp(a) no se ven afectadas por los cambios en el estilo de vida, igualmente es importante disminuir el riesgo general de las enfermedades cardíacas. Incluya las siguientes medidas:



Tomar los medicamentos según las indicaciones



Controlar los factores de riesgo, especialmente el colesterol LDL "malo"



Seguir una dieta saludable



Realizar actividad física



Mantener un peso saludable



Detener el consumo de tabaco



Limitar el consumo de alcohol



Dormir lo suficiente

**Hable con su doctor acerca de su nivel de Lp(a) y de cómo reducir el riesgo de sufrir un ataque cardíaco y un ataque o derrame cerebral en el futuro.**

Obtenga más información [heart.org/lpa](https://heart.org/lpa)