



## 1

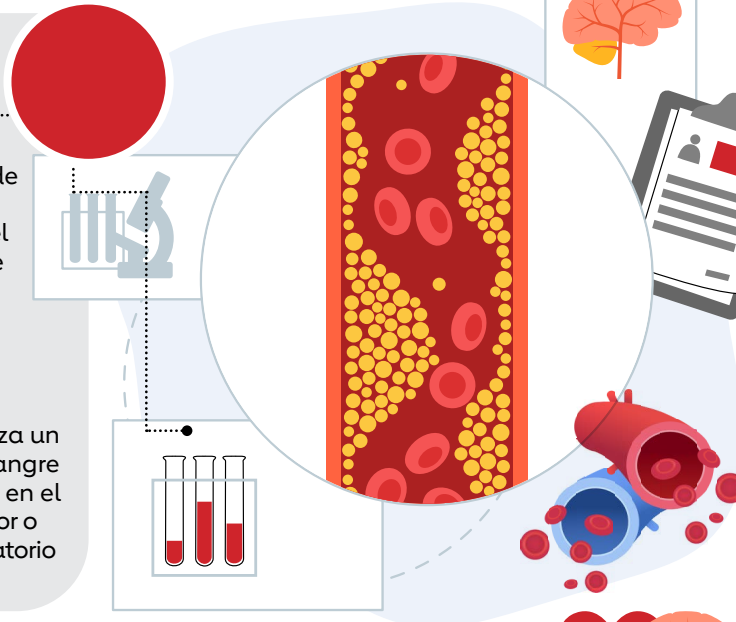
### ¿Qué debería motivarme a tener una conversación con mi doctor acerca de hacerme una prueba de Lp(a)?

- 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 de las lipoproteínas de baja densidad (LDL, por sus siglas en inglés) o colesterol malo.



### ¿Cómo puedo someterme a un análisis?

- El análisis estándar de colesterol, también conocido como panel de lípidos, no incluye la prueba de Lp(a). Habla con tu doctor acerca de realizar un análisis de Lp(a).
- A continuación, realiza un sencillo análisis de sangre que puede realizarse en el consultorio de tu doctor o en un centro de laboratorio y diagnóstico.



### ¿Qué significan los resultados?

## 3

- Los niveles superiores a **50 mg/dl** (125 nmol/l) se consideran altos.
- Un nivel alto de Lp(a) aumenta el riesgo de ataque al corazón, ataque o derrame cerebral, enfermedad arterial periférica, y estenosis aórtica.
- La Lp(a) es un factor de riesgo genético; por lo tanto, si presentas niveles altos de Lp(a), recoméndeles a tus familiares que se hagan la prueba. Pregúntale a tu doctor acerca del cribado en cascada familiar y otras pruebas genéticas disponibles.

## 4

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

La Lp(a) no se ve afectada por los cambios en el estilo de vida. Sin embargo, siempre es importante disminuir tu riesgo general de sufrir una enfermedad cardíaca con los siguientes hábitos saludables:



Seguir una dieta saludable



Realizar actividad física



Mantener un peso saludable



Detener el consumo de tabaco



Limitar el consumo de alcohol



Dormir lo suficiente

Estos hábitos, junto con **tomar los medicamentos según las indicaciones**, también pueden ayudarle a reducir su riesgo de presentar presión arterial alta, niveles de colesterol alto, obesidad y diabetes.

**Habla con tu doctor acerca de tu 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 en [heart.org/lpa](https://heart.org/lpa)

## 5

### ¿Mi seguro médico cubre la prueba de LP(a)?

- Planes de seguros a menudo cubren las pruebas de Lp(a), pero si no estás seguro de la cobertura de tu plan, llama a tu seguro médico y dales el código CPT 83695 de la prueba para que verifiquen la cobertura.
- Si tu seguro médico no cubre la prueba de Lp(a), tu doctor puede ayudarte a encontrar opciones asequibles.