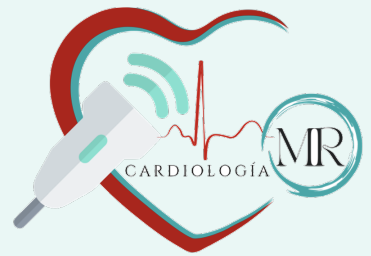


Lipoproteína(a)

Conocerla para cuidar tu corazón

También llamada Lp(a). Se lee “lipoproteína a”.



Es hereditaria. No es tu culpa.

Un resultado alto no significa que vayas a tener un infarto.

Es una pieza más de tu salud y ayuda a planificar la prevención.

¿Qué es?

Es una partícula que circula en la sangre y transporta colesterol. Se parece al colesterol LDL, pero tiene una proteína adicional.

Su nivel depende principalmente de los genes y suele mantenerse bastante estable durante la vida.

¿Por qué importa?

Cuando está elevada, aumenta el riesgo de infarto, accidente cerebrovascular (ACV) y estrechamiento de la válvula aórtica.

El riesgo también depende de tu edad, presión, colesterol, diabetes, tabaco y antecedentes.

¿Cómo se mide?

Con un análisis de sangre específico: no suele estar incluido en el perfil de colesterol habitual.

Se recomienda medirla al menos una vez en la adultez. Si está alta, conviene que padres, hermanos e hijos consulten sobre su medición.

¿Cómo leo el resultado?

Valores de 50 mg/dL o más, o de 125 nmol/L o más, se consideran elevados según la unidad del laboratorio.

Son puntos orientativos: el riesgo aumenta gradualmente. Las unidades no se convierten con un factor fijo.

¿Qué podemos hacer hoy?

1. Acordar con tu equipo de salud una meta de colesterol LDL y tratarlo si hace falta.
2. Controlar la presión arterial y la diabetes, y evitar el tabaco.
3. Moverte con regularidad, comer variado y cuidar el descanso.

Los hábitos suelen cambiar poco la Lp(a), pero sí ayudan a reducir tu riesgo cardiovascular.

¿Hay tratamientos específicos?

Se investigan medicamentos dirigidos a la Lp(a); todavía no son de uso habitual ni está confirmado que bajar su cifra, por sí solo, evite infartos. Hoy la prioridad es reducir el riesgo global. Las estatinas ayudan al bajar el LDL, aunque no bajen la Lp(a).

Para tu próxima consulta: “¿Qué significa mi resultado y cuál es mi plan de prevención?”