



Conversaciones Reflexivas con mi Profesional de Cuidados de Salud:

Comprender el Riesgo de mis Niveles de Lp(a)

Lleve esta hoja a su cita y analice las siguientes preguntas.

Revisión de mis Antecedentes Personales y Familiares

Lp(a) significa lipoproteína (a) y es un factor de riesgo independiente, que se hereda genéticamente, de padecer enfermedades cardíacas.

Analice con su profesional de cuidados de salud si tiene alguno de los siguientes antecedentes:

- Antecedentes familiares conocidos de niveles altos de Lp(a).
- Antecedentes personales o familiares de enfermedades cardíacas o enfermedades de las arterias coronarias a una edad temprana (es decir, menores de 45 años en hombres y menores de 55 años en mujeres).
- Diagnóstico de hipercolesterolemia familiar (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.

Notas: _____

En caso de tener alguno de los antecedentes anteriores, consulte si debería someterse a una revisión de sus niveles de Lp(a): _____

Comprensión de mis Cifras

Una vez que se haya sometido a una revisión, realícele las siguientes preguntas a su profesional de cuidados de salud:

¿Cuál es mi cifra de Lp(a)? _____

¿Qué significa la cifra de Lp(a) que obtuve? _____

¿Cuáles son los niveles que se consideran altos? _____

¿Existe algún factor que contribuya a una cifra alta de Lp(a)? _____

¿Debería recomendarle a mis familiares que se realicen análisis? _____

Evaluación de mis Riesgos de Padecer Enfermedades Cardíacas

¿Cree que estoy en riesgo de sufrir un ataque cardíaco o un ataque o derrame cerebral? _____

¿Qué otros factores contribuyen a mi riesgo? _____

Exploración de Tratamientos

Aunque Lp(a) no se ve afectada por los cambios en el estilo de vida, igualmente es importante disminuir el riesgo general de sufrir un ataque cardíaco, un ataque o derrame cerebral y una enfermedad arterial periférica.

¿Qué cambios en el estilo de vida puedo hacer para disminuir mi riesgo de padecer enfermedades cardíacas? _____

¿Qué recursos pueden ayudarme a obtener más información sobre las Lp(a) y las enfermedades cardíacas? _____

Recuerde que, si sus niveles de Lp(a) son altos, usted no hizo nada para provocar esto. Sin embargo, ahora que lo sabe, controle y reduzca su riesgo general de padecer enfermedades cardíacas. **Obtenga más información en [heart.org/lpa](https://www.heart.org/lpa)**