



1

Quando devo falar com um médico sobre o exame de Lp(a)?

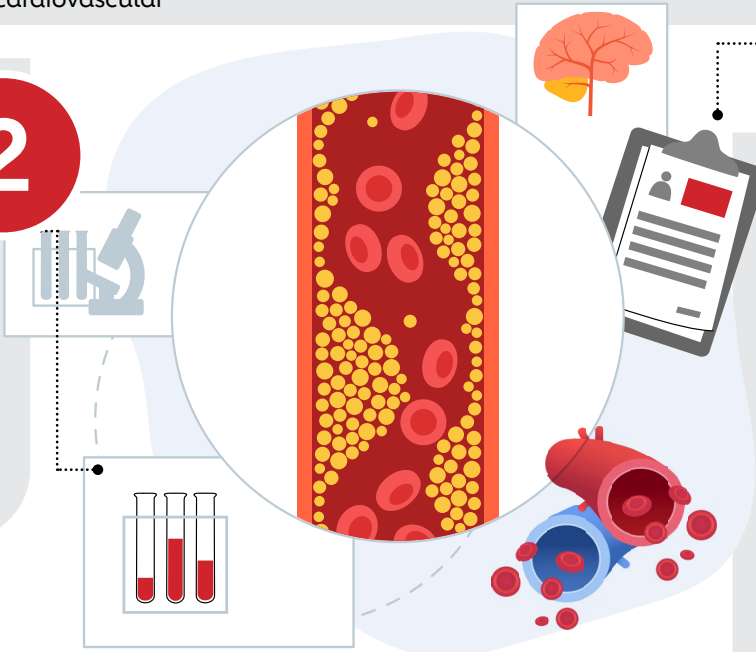
- Histórico familiar ou pessoal de doença cardíaca ou doença cardiovascular prematura (ou seja, abaixo de 45 anos para homens e abaixo de 55 anos para mulheres)
- Histórico familiar conhecida de Lp(a) alta
- Diagnóstico de hipercolesterolemia familiar (HF), uma condição hereditária que faz com que o organismo não recicle corretamente o LDL, ou mau colesterol, o que aumenta o risco de doença cardiovascular



Como posso fazer o exame?

- O exame padrão de colesterol, também chamado de perfil lipídico, não inclui a Lp(a).
- Fale com seu médico para pedir a inclusão da Lp(a) no seu próximo exame de colesterol.

2



3

O que significam os resultados?

- Níveis **acima de 50 mg/dL (125 nmol/L)** são considerados muito altos.
- Um nível alto de Lp(a) aumenta o risco de **ataque cardíaco, AVC, doença arterial periférica (DAP) e estenose aórtica.**
- A Lp(a) é um fator genético de risco para doença cardíaca. Se um membro próximo da família tem Lp(a) alta, é importante realizar o exame e incentivar outros membros da família, como pais, irmãos e filhos, a fazer o exame. Fale com seu médico sobre testes genéticos como o **rastreamento em cascata**.

4

Como posso diminuir minha Lp(a)?

- Embora as **mudanças no estilo de vida não consigam reduzir os níveis de Lp(a)**, é importante **diminuir o risco geral de doença cardíaca. Para isso:**



tenha uma alimentação saudável



faça atividade física



mantenha um peso saudável



pare de fumar



limite o consumo de álcool



durma o suficiente

Esses hábitos, além da **ingestão dos medicamentos prescritos**, ajudam a diminuir o risco de pressão alta, colesterol alto, obesidade e diabetes.

*Novos tratamentos para reduzir os níveis da Lp(a) estão sendo desenvolvidos. Fale com seu médico para obter mais informações.

Fale com seu médico sobre a Lp(a) e como reduzir o risco de ataque cardíaco e AVC.

Saiba mais em heart.org/lpa

5

Será que o meu plano de saúde cobre o exame de Lp(a)?

- Os planos de saúde cobrem muitas vezes exames de Lp(a), mas se você não tiver certeza, verifique isso com o atendimento ao cliente do seu plano de saúde. Se não houver cobertura, seu médico poderá ajudar a encontrar uma solução acessível.