

Gestión de los niveles elevados de lipoproteína (a) [Lp(a)]:

Herramienta de decisión compartida para pacientes y profesionales de la salud.

En la toma de decisiones compartidas, tanto los profesionales de la salud como sus pacientes han de trabajar juntos para tomar las mejores decisiones posibles en materia de atención médica. Estas decisiones se basan en la información objetiva sobre las alternativas disponibles, el conocimiento y experiencia del médico, así como en los valores, inquietudes y preferencias del paciente.

PASOS EN LA TOMA DE DECISIONES COMPARTIDAS

EJEMPLOS DE TEMAS DE CONVERSACIÓN

1 Busca la participación de tu paciente

¿Qué es Lp(a)?



Lp(a), o lipoproteína (a), es una combinación de grasa y proteína en la sangre. Los altos niveles de Lp(a), una condición genética heredada de los progenitores, pueden causar depósitos en los vasos sanguíneos y aumentar el riesgo de enfermedades cardíacas, infartos, accidentes cerebrovasculares y estenosis aórtica (el estrechamiento de la válvula aórtica del corazón). Aunque la dieta y el ejercicio no alteran significativamente la Lp(a), contribuyen a una mejor salud general.

2 Ayuda a tu paciente a explorar y comparar opciones

¿Qué puedo hacer al respecto?

Aunque no hay medicamentos que reduzcan significativamente los niveles de Lp(a), es vital manejar otros factores de riesgo si presenta altos niveles. Mantener una dieta saludable, estar activo y evitar fumar beneficia la salud cardíaca. Además, es importante controlar la hipertensión y la diabetes. Usted puede decidir qué medidas tomar.



Existen medicamentos que ayudan a disminuir el riesgo de enfermedades del corazón. Trabajaremos juntos para supervisar su salud y adaptar el plan según sus necesidades y preferencias.

3 Evalúa los valores y preferencias de tu paciente

No sé si podré cambiar mis hábitos o si quiero tomar medicinas.



Los altos niveles de Lp(a) son permanentes por ser genéticos y no tienen cura. Sin embargo, ciertos medicamentos y hábitos saludables pueden disminuir los riesgos de cardiopatías y accidentes cerebrovasculares. Colaboremos para identificar estrategias que se ajusten a su estilo de vida y promuevan su salud.

4 Toma una decisión con tu paciente

¿Este tratamiento es para toda la vida?

Sé que cambiar su estilo de vida y empezar un tratamiento puede ser abrumador. Podemos buscar maneras de adaptarlo a su vida. ¿Qué es más importante para usted?



5 Evalúa la decisión de tu paciente

¿Puedo continuar con mis actividades cotidianas?

6 Decide qué recursos pueden apoyar a tu paciente

¿Dónde puedo obtener más información?



Puede saber más charlando con su equipo médico, como su doctor, farmacéutico, enfermero, cardiólogo y dietista. ¿Qué preguntas tiene?

Encuentre este recurso en línea y otras guías en <http://bit.ly/shared-decision>.



1

Paso 1: Busca la participación de tu paciente

Muchos pacientes no son conscientes de que pueden y deben participar en la toma de decisiones sobre su atención médica. Comunica que esta opción existe e invita a tu paciente a participar en el proceso.

"No hay una sola manera de manejar la Lp(a). Juntos exploraremos las opciones más efectivas para usted, sin emitir juicios".

Resume el problema de salud:

- "La Lp(a) es un tipo de colesterol compuesto por grasa y proteína que se hereda en las familias, lo que significa que los niveles altos no pueden ser controlados solo con dieta o ejercicio".
- "Estos altos niveles pueden resultar en depósitos en los vasos sanguíneos y aumentar el riesgo de enfermedad cardíaca, infarto de miocardio y accidente cerebrovascular".
- "Usted no hizo nada que provocara que sus niveles de Lp(a) se elevaran".
- " Entre los factores que contribuyen a los niveles altos de Lp(a) se incluyen los antecedentes familiares y otros problemas genéticos (o familiares) de colesterol alto".
- "En las mujeres, los niveles de Lp(a) pueden aumentar después de la menopausia".
- "Aunque los niveles de Lp(a) tienden a mantenerse constantes a lo largo de la vida, podemos implementar medidas para mitigar el riesgo de complicaciones cardíacas."
- "Además, la gestión de la Lp(a) es solo una parte del cuidado total del corazón. Muchas personas con altos niveles también sufren de otras condiciones como hipertensión o diabetes, que necesitan ser tratadas. Juntos, formularemos un plan integral para atender todas sus necesidades de salud".

Invita a tu paciente a participar en las decisiones. "Me gustaría que habláramos de cómo controlar la Lp(a) y reducir el riesgo de cardiopatía. Analicemos sus opciones y decidamos juntos qué le parece mejor".

2

Paso 2: Ayuda a tu paciente a explorar y comparar opciones

Discutir las opciones con tu paciente puede ayudarte a construir una relación de confianza.

Evalúa lo que tu paciente ya sabe sobre sus opciones.

- "¿Qué es lo que usted entiende por 'gestionar el Lp(a)'?"

Explica cada opción con claridad, utilizando un lenguaje sencillo. Evita utilizar jerga técnica o médica. Señala cuando haya diferencias claras entre determinadas opciones.

- "Existen diferentes formas de controlar la Lp(a) elevada y reducir el riesgo de enfermedad cardíaca y accidente cerebrovascular, entre ellas:"
- **Medicamentos:** "En este momento, no hay un medicamento que reduzca directamente la Lp(a), pero hay formas de reducir su riesgo general de enfermedad cardíaca. Algunos medicamentos, como las estatinas, los inhibidores de la PCSK9 y la ezetimiba, pueden ayudar a reducir otros tipos de colesterol nocivo y proteger el corazón. Los científicos también están trabajando en nuevos tratamientos dirigidos directamente a la Lp(a) que podrían reducirla en el futuro. Estos tratamientos aún se están estudiando, pero podemos considerar nuevas opciones a medida que estén disponibles".
- **Cambios en el estilo de vida:** "Seguir una dieta cardiosaludable, mantenerse activo, no fumar y mantener un peso saludable puede ayudar a proteger el corazón, aunque estas medidas no reduzcan la Lp(a) directamente".
- "Nuestro objetivo es encontrar un par de estas cosas que funcionen o sean adecuadas para usted. No tienen por qué hacerse todas a la vez".
- **¿Qué hay de la aféresis de lipoproteínas (LA)?** "La aféresis de lipoproteínas (LA) es un tratamiento especial que elimina el exceso de colesterol Lp(a) y LDL de la sangre. Sólo está indicada para personas con un riesgo muy elevado que ya hayan probado otros tratamientos. Puede que no esté disponible en todas partes porque requiere el acceso a centros especializados. Si tiene Lp(a) muy alta y antecedentes de problemas cardíacos, su médico puede ayudarle a decidir si la LA puede ser adecuada para usted".
- "Puede encontrar más información en Heart.org y en FamilyHeart.org".

PARA PROFESIONALES DE LA SALUD:

Guía para la toma compartida de decisiones sobre la Lp(a) (continuación)

- **Habla de los beneficios, los riesgos y los resultados esperados de cada vacuna.** Considera los factores de riesgo y proporciona recomendaciones respaldadas por evidencia científica.
- "Infórmese acerca de cómo los cambios en el estilo de vida, los medicamentos y el apoyo pueden ayudar a controlar los niveles altos de Lp(a) y reducir el riesgo de enfermedades cardíacas y accidentes cerebrovasculares. ¿Necesita ayuda para acceder a más información sobre este tema?"
- Más información sobre el control de la Lp(a):
 - Asociación Estadounidense del Corazón (AHA, por sus siglas en inglés): heart.org
 - Fundación Family Heart: <https://familyheart.org/family-sharing-tools/high-lpa-family-tools>

3

Paso 3: Evaluar los valores y preferencias de tu paciente

Anima a tu paciente a hablar sobre lo que es importante para él en relación con las opciones.

Utiliza preguntas abiertas y escucha activamente a tu paciente.

- "Las personas abordan las decisiones de salud de diferentes maneras: algunos optan por medidas exhaustivas para minimizar riesgos, mientras que otros prefieren enfoques más simples. ¿Cuál enfoque prefiere usted?"
- "¿Tiene alguna preocupación o problema específico que le inquiete al considerar cambios en su estilo de vida o al tomar medicamentos?"
- "¿Cuáles son sus objetivos de salud actuales que considera realistas e importantes?"
- "¿Qué recursos o apoyos cree que le ayudarían a mantener su compromiso con el plan de tratamiento?"

Escucha y reconoce los valores y preferencias que importan a tu paciente. Parafrasea lo que escuchas. Esto le asegura a tu paciente que estás escuchando su perspectiva.

- "Parece que la actividad familiar es muy importante para usted; enfoquémonos en acciones que respalden este objetivo".
- "Me comentó que prefiere evitar el uso de medicamentos. ¿Qué piensa sobre las opciones alternativas disponibles para manejar su situación?"

4

Paso 4: Toma una decisión con tu paciente

Pregúntale si está preparado para tomar una decisión o si tiene más preguntas. Agenda una sesión adicional si tu paciente necesita más tiempo para evaluar las opciones o desea que un familiar o amigo le asista en el proceso de toma de decisiones.

- "Un nivel alto de Lp(a) incrementa el riesgo de enfermedades cardíacas y accidentes cerebrovasculares. Sin embargo, podemos adoptar estrategias para minimizar este riesgo. Elaborar un plan personalizado puede proteger su corazón y mejorar su salud general".
- "Después de revisar sus opciones, ¿qué ajustes en su estilo de vida o qué tratamientos considera más apropiados para usted?"
- "¿Tiene alguna pregunta o incertidumbre respecto a las alternativas que hemos discutido?"
- "¿Hay alguien más que desee involucrar en este proceso de decisión para que le asista?"

Estas decisiones pueden registrarse en la '**Hoja de trabajo de planificación del tratamiento de Lp(a)**' que se encuentra adjunta en las páginas 7 y 8 de este documento.

Guía para la toma compartida de decisiones sobre la Lp(a) (continuación)

5

Paso 5: Evaluar la decisión de tu paciente

Haz planes para revisar la decisión en el futuro. Recuérdale a tu paciente que las decisiones tomadas pueden revisarse y modificarse en el futuro si resultan no ser adecuadas o efectivas para él.

- “Podemos monitorear periódicamente su nivel de Lp(a) y la salud general de su corazón para evaluar el progreso del tratamiento”.
- “Si encuentra problemas con el plan actual, podemos discutirlos y hacer los ajustes necesarios para que se ajuste mejor a sus necesidades”.
- “Coménteme las dificultades que enfrenta al tomar esta medicación”.
- “Si experimenta efectos secundarios o algún aspecto del tratamiento le resulta complicado, infórmeme. Podemos modificar su tratamiento o explorar otras opciones”.
- “Dado que la Lp(a) puede heredarse, se recomienda realizar pruebas de detección a familiares cercanos para verificar si también tienen niveles elevados de Lp(a). Esto puede ayudarles a comprender su riesgo y a tomar medidas preventivas. Si está interesado, puedo proporcionarle recursos para facilitar esta conversación con su familia”.
- “Si experimenta cualquier síntoma de salud nuevo o grave, por favor contacte inmediatamente conmigo o con otro profesional médico”.
- “¿Qué opina sobre este plan? ¿Le parece práctico y realizable?”.

6

Paso 6: Decide qué recursos locales pudieran apoyar eficazmente a tu paciente

Comparte recursos para apoyar a los pacientes gestionar los niveles elevados de Lp(a), incluido su equipo de atención cardiovascular, como su médico, farmacéutico, enfermero, cardiólogo, electrofisiólogo, dietista y el asesor de su plan de salud, así como servicios de la comunidad que podrían ayudarles a seguir su plan de tratamiento y procurar su bienestar. Proporciona la información de contacto de cada uno de ellos.

- “Su equipo de atención médica, que puede incluir a su médico de atención primaria, cardiólogo, farmacéutico, enfermero, y posiblemente un especialista en lípidos o un dietista nutricionista, está aquí para ayudarle a manejar el Lp(a) Elevado”.
- “Existen pruebas y recursos disponibles en su comunidad para el manejo del Lp(a) alto. Nos aseguraremos de que tenga acceso a esta información”.
- “Un dietista nutricionista registrado puede asistirle en la creación de un plan de comidas saludables para el corazón, mientras que un profesional del fitness puede orientarlo sobre cómo mantenerse activo de manera segura”.
- “Si el manejo de sus medicamentos le resulta abrumador, un farmacéutico puede ayudarle a comprender sus recetas y la forma adecuada de tomarlas”.
- “¿Le interesaría recibir información sobre programas locales para la salud cardíaca o grupos de apoyo?”
- “¿Ha quedado alguna de sus preguntas sin responder?”.

Referencias

- El enfoque SHARE. Contenido revisado por última vez en marzo de 2023. Agency for Healthcare Research and Quality, Rockville, MD. <https://www.ahrq.gov/health-literacy/professional-training/shared-decision/index.html>
- Tsimikas S. Un análisis detallado: Lipoproteína(a): Diagnóstico, pronóstico, controversias y terapias emergentes. J Am Coll Cardiol. 2017;69(6):692-711. doi:10.1016/j.jacc.2016.11.042
- Colegio Americano de Cardiología. Una actualización sobre la lipoproteína(a). Colegio Americano de Cardiología. Published September 19, 2023. Available from: <https://www.acc.org/Latest-in-Cardiology/Articles/2023/09/19/10/54/An-Update-on-Lipoprotein-a>

Este recurso fue creado por la Value & Access Collaborative, organizada por el National Forum for Heart Disease & Stroke Prevention, con el apoyo de Ardelyx, la Alianza BMS-Pfizer, Novartis, y Regeneron.

PARA PACIENTES

Para ayudarte a gestionar la lipoproteína (a) [Lp(a)]



¿Cuáles son los síntomas de un nivel elevado de Lp(a)?

Una Lp(a) elevada generalmente no presenta síntomas. Muchas personas desconocen que la tienen hasta que surgen problemas cardíacos. Si tiene antecedentes familiares de enfermedades del corazón, es crucial discutir este riesgo con su médico.



Latidos irregulares
(en reposo o en actividad)



Taquicardia
(rápida o agitada en cualquier momento)



Dolor en el pecho
(agudo o sordo)



Dificultad para respirar
(u opresión en el pecho)



Fatiga
(sensación constante de cansancio)



Mareos
(sensación de mareo o desmayo)



¿Por qué tratar la Lp(a) elevada?

Los niveles altos de LP(a) elevan el riesgo de cardiopatías, infartos e ictus. Aunque son hereditarios y estables, mantener una buena salud cardíaca puede ayudar a disminuir estos riesgos.



Consulte con su médico las opciones para manejar una Lp(a) elevada. Su estado de salud es único, por lo que es vital trabajar con su equipo médico para diseñar un plan personalizado. Adoptar un estilo de vida saludable para el corazón, controlar otras condiciones médicas y ciertos medicamentos pueden ayudar a proteger su corazón. Asegúrese de asistir a sus citas médicas y revisar regularmente los resultados de sus análisis.



Estilo de vida saludable para el corazón:

- Dieta beneficiosa para el corazón
- No fumar
- Consumo mínimo o nulo de alcohol
- Ejercicio regular de intensidad moderada a alta

+



Control de otras afecciones:

- Presión arterial
- Diabetes
- Peso
- Sueño (evaluación de apnea del sueño)

+



Gestión del colesterol

- Medicamentos destinados a disminuir el colesterol LDL ("malo") y reducir el riesgo general de enfermedad cardíaca.
- Exámenes de sangre regulares para monitorear los niveles de colesterol.

+



Minimizar el riesgo de infarto

Opciones con y sin medicamentos

Más información sobre la Lp(a) en:

- Fundación Family Heart: <https://familyheart.org/family-sharing-tools/high-lpa-family-tools>
- Fundación Family Heart: <https://familyheart.org/cholesterol-connect>
- The Mended Hearts: <https://mendedhearts.org/wp-content/uploads/2024/05/LPa-Discussion-Guide.pdf>
- Asociación Estadounidense del Corazón: https://www.heart.org/en/-/media/Files/Health-Topics/Cholesterol/What-is-Lpa.pdf?sc_lang=en

Hoja de planificación de tratamiento de la LP(a)



¿Qué metas de tratamiento crees que puedes alcanzar?

Fecha de la visita: _____

Motivo del tratamiento/Objetivos del tratamiento			
<input type="checkbox"/> Reducir el riesgo general de cardiopatía <input type="checkbox"/> Reducir el riesgo de infarto <input type="checkbox"/> Controlar la hipertensión		<input type="checkbox"/> Mejorar los niveles de colesterol <input type="checkbox"/> Prevenir futuros problemas cardíacos <input type="checkbox"/> Otros: _____	
Opciones de tratamiento			
Cambios en el estilo de vida		Control del estado de salud	
Control del ritmo y frecuencia cardíaca		Minimizar el riesgo de infarto	
Lista de medicamentos			
Nombre:	Motivo:	Dosis (cantidad):	Frecuencia:
Nombre:	Motivo:	Dosis (cantidad):	Frecuencia:
Nombre:	Motivo:	Dosis (cantidad):	Frecuencia:
Nombre:	Motivo:	Dosis (cantidad):	Frecuencia:
Nombre:	Motivo:	Dosis (cantidad):	Frecuencia:
Nombre:	Motivo:	Dosis (cantidad):	Frecuencia:
Preocupaciones sobre el tratamiento (por ejemplo, medicamentos, precios):		Planes de tratamiento:	

Hoja de planificación de tratamiento de la LP(a) (continuación)



Mi equipo de atención cardiovascular

Proveedor de atención primaria		Farmacéutico	
Teléfono	Correo electrónico:	Teléfono	Correo electrónico:
Enfermero/a		Nutriólogo registrado	
Teléfono	Correo electrónico:	Teléfono	Correo electrónico:
Otro especialista (por ejemplo, cardiólogo)		Navegador de planes de seguro médico	
Teléfono	Correo electrónico:	Teléfono	Correo electrónico:
Otro especialista (por ejemplo, especialista en lípidos)		Cuidador	
Teléfono	Correo electrónico:	Teléfono	Correo electrónico:

Análisis y resultados de laboratorio

Fecha	Presión arterial	ECG o FC	Hgb/HCT	Colesterol total	HDL-C	LDL-C	A1C	Creatinina

ECG/FC = electrocardiograma/frecuencia cardiaca; Hgb/HCT = hemoglobina/hematocrito; HDL-C = colesterol de lipoproteínas de alta densidad; LDL-C = colesterol de lipoproteínas de baja densidad; A1C = hemoglobina A1C

Recomendaciones adicionales

- **Reunirse con un dietista-nutricionista titulado para recibir orientación nutricional personalizada.**
- **Asista a programas educativos o de apoyo sobre salud cardiaca.**
- **Concertar citas de seguimiento periódicas para controlar el colesterol y la salud del corazón.**
- **Converse con su familia sobre la importancia de realizarse pruebas de detección de Lp(a) elevada, debido a su carácter hereditario.**

