



**24 de Setembro**

**Dia Mundial do Colesterol Hereditário ou Hipercolesterolemia Familiar (FH)  
Sabe os seus níveis de colesterol e LDL-C (mau colesterol) e os da sua família?  
Sabe se o seu colesterol é hereditário?**

O colesterol hereditário ou Hipercolesterolemia familiar (FH) é uma doença que se transmite de pais para 50 % dos filhos, em que os valores de colesterol e LDL-C (o mau colesterol) estão muito elevados desde a infância, depositando-se nas artérias e tendões e contribuindo para o processo da aterosclerose nos jovens.

É uma das causas mais comuns de doença cardio-cerebro-vascular prematura (DCCVP), manifestando-se através de angina, enfarte do miocárdio (EAM), doença arterial periférica (DAP), acidente vascular cerebral (AVC), aneurismas e/ou morte súbita nos jovens adultos.

Esta doença pode ser prevenida se forem identificados os indivíduos em risco na infância e na vida adulta (**prevenção primária**) com a modificação de estilos de vida, terapêutica dietética e/ou farmacológica, tornando-se possível a prevenção de novos eventos (**prevenção secundária**) com terapêutica personalizada e vigilância multidisciplinar otimizada.

Os critérios para ser portador desta doença são:

- . **LDL-C >190 mg/dL** nos adultos
- . **LDL-C >160 mg/dL** em idade pediátrica entre os 12 meses e 17 anos (A)
- . História pessoal de DCCVP: EAM, AVC, DAP antes dos 55 A nos ♂ e antes dos 60 A nas ♀
- . História familiar de DCCVP: EAM, AVC, DAP, morte súbita antes dos 55 A nos ♂ e antes dos 60 A nas ♀.

Se tem um ou mais critérios de colesterol hereditário ou FH recomenda-se que solicite uma consulta especializada para Si e/ou para a Sua Família.

**Contribua para a prevenção das doenças cardio-cerebrovasculares prematuras da Sua Família e amigos.**

Se tiver dúvidas, ou precisar de informação e ajuda consulte o site da:

Sociedade Portuguesa de Aterosclerose: <http://spaterosclerose.org>

Associação FH Portugal: <http://fhportugal.pt>

Ajude-nos a identificar os portadores desta doença e prevenir a DCCVP respondendo ao questionário anónimo e voluntário no site da Associação FH Portugal: <http://fhportugal.pt>