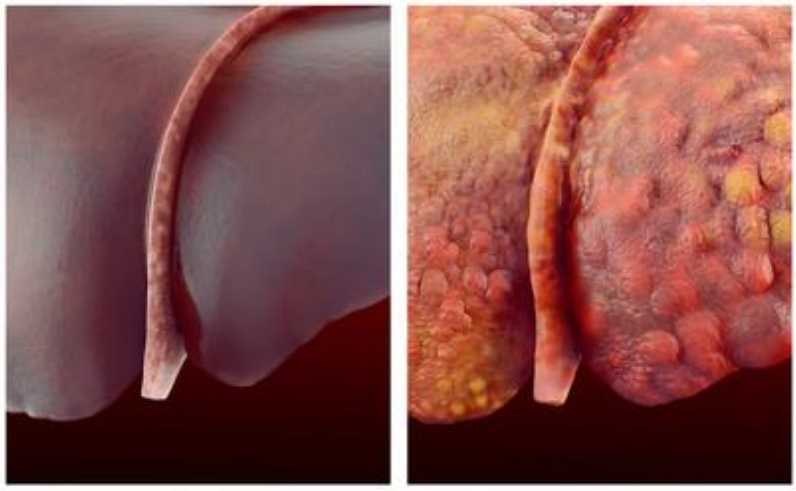
¿QUÉ ES EL HÍGADO GRASO?

Hígado graso se refiere a la acumulación de mucha grasa en las células del hígado (más del 5% de la masa del hígado) que puede ocurrir en personas con diabetes mellitus tipo 2, con sobrepeso y obesas o en personas que toman demasiado alcohol (más de 20 copas de alcohol a la semana).

Un hígado graso en sí no es prejudicial, pero la inflamación del hígado por la grasa (llamada esteatohepatitis) puede volver al hígado duro (fibrosis/cirrosis), disminuir la función hepática y si progresa puede llegar a desarrollar cáncer de hígado (hepatocarcinoma).

El **hígado graso no alcohólico** (esteatohepatitis no alcohólica, EHNA) es la inflamación de un hígado graso que no es causada por alcohol o hepatitis. Es más común en las personas con sobrepeso y obesidad, así como en personas con diabetes mellitus tipo 2, pero la causa específica es desconocida. La EHNA no se trasmite de persona a persona o de generación en generación y ésta etiología es la causa más común de enfermedad hepática en los adolescentes y es la tercera causa principal de enfermedad hepática en adultos.



¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS DEL HÍGADO GRASO?

La mayoría de las personas con hígado graso o EHNA no saben que lo padecen, debido a que usualmente no tiene síntomas. Algunas personas pueden sentirse cansadas, tener dolor abdominal inespecífico o simplemente no sentirse bien.

¿CÓMO SE DIAGNOSTICA EL HÍGADO GRASO?

El diagnóstico habitualmente se realiza de forma fortuita al momento de realizar estudios del

hígado por alguna otra causa como check-ups. Se puede observar el hígado graso por ultrasonido o por elevación de las enzimas hepáticas. En la exploración física se puede encontrar el hígado aumentado de tamaño, generalmente no doloroso.

¿QUÉ ES LO QUE DEBO DE HACER SI SOSPECHO QUE TENGO HÍGADO GRASO?

Es importante identificar factores de riesgo como lo son el sobrepeso y la obesidad, padecer diabetes mellitus tipo 2, tomar alcohol de forma frecuente, tener los niveles de triglicéridos elevados. Disminuir la inflamación y la grasa en el hígado es importante para que no evolucione a una enfermedad más grave. El tratamiento y el seguimiento oportuno es la medida más importante para evitar complicaciones a largo plazo.

Si tienes alguna duda, ven y visítanos, podemos detectar a tiempo la salud de tu hígado y prevenir las complicaciones.