

ENFERMEDAD POR HÍGADO GRASO **FATTY LIVER DISEASE - SPANISH**

Dra. Ariel E. Feldstein ^{1,2}

Dra. Marsha H. Kay (Fellow del Colegio Americano de Gastroenterología) ¹

Miembros del Departamento de Gastroenterología Pediátrica y Nutrición ¹
y del Departamento de Biología Celular² de la
Fundación de Cleveland Clinic en Cleveland, Ohio

¿Qué es la enfermedad por hígado graso no alcohólico y/o la esteatohepatitis no alcohólica?

La enfermedad por hígado graso no alcohólico (EHGNA) abarca a un grupo de afecciones en las que se presenta excesiva acumulación de grasa dentro del hígado de gente que consume poco o nada de alcohol. La forma más común de esta enfermedad es una afección no grave conocida como hígado graso, en la que se acumula grasa dentro de las células hepáticas. A pesar de que tener grasa en el hígado no sea lo normal, la grasa en sí misma, posiblemente no daña al hígado. Entre la gente con enfermedad por hígado graso no alcohólico, un grupo pequeño podría presentar una afección más grave, llamada esteatohepatitis no alcohólica (EHNA). En la esteatohepatitis no alcohólica, la acumulación de grasa se relaciona con una inflamación de las células hepáticas y diferentes grados de fibrosis. La esteatohepatitis no alcohólica puede ser una afección grave, capaz de derivar en la presencia de mucha fibrosis en el hígado y cirrosis. La cirrosis ocurre cuando el hígado sufre bastantes daños y el tejido fibroso gradualmente reemplaza a las células del hígado (ver la ilustración), lo que conduce a que el hígado sea incapaz de funcionar adecuadamente. Algunos pacientes que desarrollan cirrosis podrían terminar requiriendo un trasplante de hígado (operación para extirpar el hígado dañado y reemplazarlo con otro “nuevo”).

¿Cuán comunes son la enfermedad por hígado graso no alcohólico y la esteatohepatitis no alcohólica?

La enfermedad por hígado graso no alcohólico es un trastorno muy común. Se calcula que esta enfermedad afecta hasta a 20 por ciento de personas adultas y casi 5 por ciento de niños. Se cree que la obesidad es la causa más común de infiltración grasa en el hígado. Algunos expertos calculan que en Estados Unidos, alrededor de 66 por ciento de adultos obesos y hasta 20 por ciento de niños obesos podrían tener hígado graso. Igualmente en Estados Unidos, cerca de 2 a 5 por ciento de las personas adultas y hasta 20 por ciento de gente obesa podría padecer la afección más grave de esteatohepatitis no alcohólica, aunque se desconoce la cantidad de niños que tendría esteatohepatitis no alcohólica. En los últimos diez años, la tasa de obesidad en Estados Unidos se ha duplicado entre los adultos y triplicado entre niños y adolescentes, lo que explicaría por qué la enfermedad por hígado graso no alcohólico y la esteatohepatitis no alcohólica se han vuelto más comunes.



¿Qué causa la enfermedad por hígado graso no alcohólico y la esteatohepatitis no alcohólica?

La enfermedad por hígado graso no alcohólico es parte de un síndrome metabólico caracterizado por diabetes o prediabetes (resistencia a la insulina), gordura u obesidad, elevación de los lípidos sanguíneos como el colesterol y los triglicéridos, además de hipertensión. No todos los pacientes presentan todas las características del síndrome metabólico. Se sabe menos sobre las causas para el desarrollo de la esteatohepatitis no alcohólica y los científicos se concentran en estudiar varios factores que podrían contribuir, entre ellos los siguientes:

- Estrés oxidativo (desequilibrio entre las sustancias químicas prooxidantes y antioxidantes que deriva en daño de las células hepáticas)
- Producción y liberación de proteínas inflamatorias tóxicas (citocinas) por parte de las propias células inflamatorias, hepáticas o grasas del paciente
- Necrosis o muerte de las células hepáticas, conocida como apoptosis

¿Cuáles son las señales y síntomas de la enfermedad por hígado graso no alcohólico y de la esteatohepatitis no alcohólica?

La mayoría de personas que padece la enfermedad por hígado graso no alcohólico no presenta ningún síntoma al realizar un examen normal. Los niños podrían mostrar síntomas, tales como dolor en medio del abdomen o en la parte superior derecha de éste y, a veces, cansancio. No obstante, primero se deben considerar otras causas para el dolor abdominal y el cansancio. Cuando se realiza el examen físico, el hígado podría encontrarse ligeramente agrandado y en algunos niños podrían haber zonas de piel con decoloración oscura (acantosis nigricans), que más comúnmente se presentan en el cuello y axila.

¿Cómo se diagnostica la enfermedad por hígado graso no alcohólico y/o la esteatohepatitis no alcohólica?

El diagnóstico de enfermedad por hígado graso no alcohólico, por lo general, se sospecha primero en aquella persona gorda u obesa con resultados ligeramente elevados en los exámenes hepáticos realizados durante cualquier análisis habitual de sangre. Actualmente, algunos expertos recomiendan que a todo niño u adolescente obeso se le revisen las enzimas hepáticas; pese a que la enfermedad por hígado graso no alcohólico pueda existir aunque los resultados de los análisis de sangre sean normales. El diagnóstico de esta enfermedad se confirma mediante estudios por imágenes, entre los cuales el más común es la ecografía del hígado, pues dichos exámenes revelan la acumulación de grasa en el hígado. La acumulación de grasa dentro del hígado también puede ser producto del consumo excesivo de alcohol, de ciertos medicamentos, de hepatitis viral, de una enfermedad de tipo autoinmune del hígado y de una enfermedad metabólica o heredada del hígado. A fin de confirmar el diagnóstico de enfermedad por hígado graso no alcohólico, primero deben excluirse estas afecciones como la causa. Actualmente, el único medio confiable de determinar si alguien sufre de enfermedad por hígado graso no alcohólico es mediante una biopsia hepática, para lo cual después de administrar anestesia local, se introduce una pequeña aguja a través de la piel y se obtiene una pequeña muestra de hígado para evaluación bajo el microscopio.



La enfermedad por hígado graso no alcohólico se diagnostica cuando el examen microscópico de la muestra revela infiltración grasa dentro del hígado, inflamación y diferentes grados de fibrosis. Si solamente se encuentra grasa, entonces se establece el diagnóstico de hígado graso simple. La biopsia del hígado ofrece información fundamental respecto al grado de fibrosis hepática, lo que no se podría ver solamente en un examen de sangre, ecografía o radiografía. A pesar de que la biopsia del hígado rara vez conlleva riesgos graves, tales como sangrado, los pacientes deben siempre hablar sobre los riesgos y ventajas del procedimiento con sus médicos.

¿Cuáles son los riesgos de padecer la enfermedad por hígado graso no alcohólico o la esteatohepatitis no alcohólica?

La mayoría de gente con enfermedad por hígado graso no alcohólico, especialmente quienes tienen hígado graso simple sin inflamación, casi no presentan problemas fruto de la afección. No obstante, alrededor de 25 por ciento de quienes padecen esteatohepatitis no alcohólica podrían presentar fibrosis hepática que empeora con el tiempo. En general, el avance de la fibrosis es lento y puede demorar años o hasta décadas. En algunos pacientes, la fibrosis puede estabilizarse y existen casos en los que las personas perdieron bastante peso y luego se comprobó que la fibrosis revirtió. En otras personas, en cambio, la afección continúa avanzando y se acumula tejido fibroso en el hígado, derivando en cirrosis. En Estados Unidos, cada vez es más común que la esteatohepatitis no alcohólica sea la razón para requerir un trasplante de hígado.

¿Cómo se trata la enfermedad por hígado graso no alcohólico y la esteatohepatitis no alcohólica?

Actualmente no existen tratamientos médicos que reviertan la enfermedad por hígado graso y que resuelvan la presencia de grasa dentro del hígado. Según se mencionó antes, algunos estudios han planteado que perder peso podría relacionarse con una regresión de la grasa en el hígado. Por lo tanto, las recomendaciones más importantes para quienes padecen de hígado graso es de perder peso si son gordos u obesos, aumentar su actividad física, mantener una dieta balanceada y evitar consumir alcohol o medicamentos innecesarios. En los pacientes con esteatohepatitis no alcohólica, que es la forma más grave de la enfermedad por hígado graso no alcohólico, las mismas recomendaciones también podrían ser útiles. Además, es importante controlar la diabetes y tratar los niveles elevados de colesterol. El desarrollo de medicamentos capaces de tratar la enfermedad por hígado graso no alcohólico y la esteatohepatitis no alcohólica es un campo de intensa investigación. Entre los factores que médicos y científicos actualmente evalúan para disminuir la cantidad de grasa en el hígado están los siguientes:

- Reducción de peso (alimentación + ejercicio, medicamentos, operación)
- Medicamentos para reducir los lípidos
- Sensibilizantes a la insulina (medicamentos)
- Disminución de la cantidad de inflamación en el hígado mediante la administración de medicamentos antioxidantes, antiapoptóticos y anticitocinas.



Gama de la enfermedad por hígado graso no alcohólico

The Spectrum of NAFLD

