Ciudad de México, jueves 17 de septiembre de 2020
No. 636/2020

BOLETÍN DE PRENSA

Equipo de nutriólogos, gastroenterólogos y de medicina interna brindan atención en el IMSS contra el hígado graso

- Obesidad y resistencia a la insulina son causantes de este padecimiento
- Cambiar el estilo de vida, con hábitos saludables de alimentación y práctica de ejercicio ayudan a revertir el proceso inflamatorio de este órgano vital.

El hígado graso es una enfermedad considerada problema de salud pública, al tener México una elevada incidencia por obesidad. Para tratarlo, el Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) brinda atención multidisciplinaria con especialistas en nutrición, gastroenterología y medicina interna para revertir el proceso inflamatorio y recuperar la funcionalidad de este órgano.

El tratamiento que otorga el Seguro Social consiste en un programa de alimentación saludable con el plato del buen comer, terapia nutricia individualizada a personas con otros padecimientos asociados; reducción de peso y realizar actividad física, explicó la doctora Laura Serrano Alejandri, Jefe de Área adscrita a Enlace y Vinculación de la División de Hospitales de Segundo Nivel.

Destacó que personal profesional de Nutrición asesora y monitorea a los pacientes en todos los niveles de atención del IMSS, que se complementa con la vigilancia del médico gastroenterólogo y/o internista, si existe evidencia de complicaciones o proceso inflamatorio hepático, para identificar factores agregados.

Resaltó que el combate a la obesidad debe ser multidisciplinario, ya que a la fecha no existe tratamiento farmacológico que haya mostrado efectividad para bajar de peso a largo plazo; además la obesidad es el principal factor de riesgo asociado a hígado graso, enfermedades cardiovasculares, diabetes mellitus, dislipidemia, complicaciones de columna y rodillas.

La doctora Serrano Alejandri dijo que no se ha establecido la causa precisa por la que se acumula exceso de grasa alrededor del hígado, pero se tiene evidencia de que la principal causa son la obesidad y la disfunción del tejido adiposo libera ácidos grasos y moléculas pro-inflamación que ocasionan resistencia a la insulina, así como alteración en diversos órganos.

Añadió que los factores de riesgo desencadenantes de hígado graso son la edad, tener más de 50 años; obesidad con índice de masa corporal (IMC) superior a 28, diabetes mellitus, dislipidemia, ingesta de alcohol, síndrome metabólico, origen étnico (hispanos y japonés); alteraciones hormonales en ovario, tiroides, páncreas e incluso roncar (apnea del sueño).

La especialista del Seguro Social refirió que existen estudios en niños obesos, en los cuales se encontró que del dos al cinco por ciento pueden presentar hígado graso; en adolescentes se ha identificado hasta en 20 por ciento de los casos, pero su mayor prevalencia es a partir de los 50 años y la asociación con la ingesta de alcohol incrementa la frecuencia y la evolución a hepatitis y cirrosis.

Precisó que las complicaciones del hígado graso no alcohólico son inflamación crónica (Esteatohepatitis Grasa No Alcohólica), la cual incrementa el riesgo de enfermedad hepática avanzada; daño y deformación de las células hepáticas con y sin cirrosis.

Subrayó que para revertir el cuadro de hígado graso, es fundamental intervenir en el estilo de vida de pacientes con sobrepeso u obesidad, para que pierdan entre cinco a siete por ciento del peso corporal, es decir, de 500 gramos a un kilo por semana, a través de modificar hábitos de alimentación, incluida terapia dietética y ejercicio.

La especialista adscrita a la División de Hospitales de Segundo Nivel invitó a la población a ser consciente en su autocuidado, bajar de peso, evitar sedentarismo, limitar consumo de alcohol, correcta alimentación, limitar ingesta de azúcares refinados y harinas, acudir a consulta a la Unidad de Medicina Familiar, realizar las detecciones prioritarias de PREVENIMSS, acciones que permiten prevenir y atender oportunamente las enfermedades hepáticas.

Reiteró que la obesidad va en aumento, con hasta 8.4 por ciento en niños y más del 37 por ciento en adultos; se calcula que hasta 75 por ciento de pacientes obesos pueden presentar hígado graso.

--- o0o ---