

Boletín CAIPaDi

La estrecha relación entre diabetes, hígado graso y cirrosis.

En el marco del día internacional de la esteatosis hepática (NASH-Day), celebrado el pasado 9 de junio, es fundamental resaltar la relación entre esta enfermedad y la diabetes, para tener una conducta proactiva que involucre a toda persona relacionada con el cuidado de la diabetes, incluidos los pacientes y sus familiares, y así poder detectar y tratar a tiempo esta enfermedad.

El hígado graso metabólico es una enfermedad relacionada con padecimientos que en conjunto constituyen el síndrome metabólico e incluyen principalmente la obesidad, hipertensión, dislipidemia y diabetes. La infiltración grasa al hígado, progresa a inflamación y finalmente, a fibrosis. Cuando la cantidad de fibrosis aumenta, se inicia un proceso de limitación de funciones hepáticas fundamentales como son la eliminación de toxinas y metabolizar fármacos. Finalmente, se produce cirrosis.

Este proceso requiere muchos años para su evolución, desde la aparición de grasa hasta la cirrosis (aproximadamente 20-30 años). Precisamente aquí radica la importancia de detectar

a tiempo la fibrosis hepática, ya que, al detener su progresión, se evita que el paciente desarrolle cirrosis y sus complicaciones, incluyendo cáncer de hígado.

En este sentido, vale la pena enfatizar la relación estrecha entre la diabetes y la presencia de hígado graso, en donde se tiene conocimiento de que hasta 7 de cada 10 personas con diabetes, tienen hígado graso.

Por lo tanto, se aconseja que a toda persona que vive con diabetes, se les realicen pruebas de función hepática. En caso de encontrarse alteradas, solicitar ultrasonido de hígado y vías biliares. De manera secuencial, una vez que se detecta hígado graso, se recomienda investigar la presencia de fibrosis hepática, mediante elastografía.

Finalmente, el tratamiento del hígado graso y la fibrosis asociada incluye el manejo adecuado de las enfermedades coexistentes, incluyendo un óptimo control de la diabetes, a través de intervenciones como la dieta, ejercicio y el control farmacológico de las enfermedades acompañantes.

Es extremadamente importante conocer que, hasta la fecha, no

hay un medicamento útil en el mercado que se pueda indicar específicamente para el tratamiento de la fibrosis hepática, por lo que los esfuerzos se deben centrar en:

- Reducción de peso
- Buscar metas de control metabólico (glucosa, lípidos)
- Evitar consumo de bebidas alcohólicas
- Completar esquema de vacunación para hepatitis A y B
- Evitar medicamentos hepatotóxicos, remedios naturistas o suplementos nutricionales no indicados por profesionales de la salud.
- Educar al paciente en su cuidado con estas medidas.

Dr. Ricardo U. Macías Rodríguez

Gastroenterólogo/Hepatólogo
Investigador en Ciencias Médicas
Laboratorio de Gastroenterología INCMNSZ

Bibliografía:

Clinical assessment and management of liver fibrosis in non-alcoholic fatty liver disease. Campos-Murguía A, Ruiz-Margáin A, González-Regueiro JA, Macías-Rodríguez RU. World J Gastroenterol 2020 Oct 21;26(39):5919-5943.