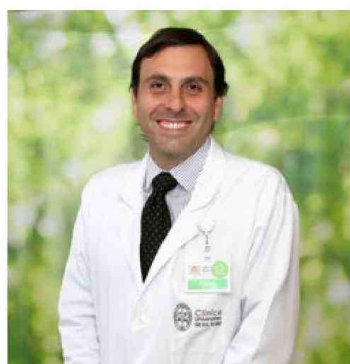


pero e
 sabem
 les má
 cionar
 una or
 por te
 Hoy e
 mient
 viven
 cifra n
 tiona

Hígado graso: la silenciosa enfermedad que afecta a 1 de cada 3 chilenos



Dr. Gabriel Mezzano,
 gastroenterólogo y
 hepatólogo de Clínica
 Universidad de Los Andes.

Este 12 de junio se conmemora el Día Mundial del Hígado Graso, enfermedad que puede avanzar sin dar señales, pero que, con un diagnóstico oportuno y cambios en el estilo de vida, es posible controlar.

del Hígado Graso, hoy llamado Enfermedad Hepática Asociada a Disfunción Metabólica (EHADM). Esta es la enfermedad hepática más común en el mundo y su incidencia sigue creciendo.

“El hígado cumple funciones vitales, y puede verse severamente afectado por una mala alimentación y el sedentarismo”, advierte el Dr. Gabriel Mezzano, gastroenterólogo y hepatólogo de Clínica Universidad de los Andes.

Entre los factores de riesgo están la obesidad, diabetes tipo 2, resistencia a la insulina, hipertensión, colesterol elevado y tener más de 50 años. Lo complejo es que esta enfermedad suele ser silenciosa, sin síntomas evi-

dentes, hasta que ya está muy avanzada y puede derivar en cirrosis, cáncer hepático o incluso la muerte.

Según el especialista, “el 10% de los pacientes con esta enfermedad desarrollará una forma más grave en unos 20 años, si no se trata a tiempo”.

El diagnóstico se realiza mediante exámenes de sangre y una ecografía abdominal. Aunque existen tratamientos farmacológicos, los cambios en el estilo de vida son fundamentales.

“Una alimentación equilibrada, el ejercicio regular y el control de enfermedades asociadas pueden detener su avance”, concluye el Dr. Mezzano.

Aunque muchas personas no lo saben, tener grasa en el hígado puede transformarse en un serio problema de salud. Se estima que cerca del 30% de los chilenos presenta hígado graso, y en personas con obesidad, esta cifra se eleva hasta el 90%.

Cada 12 de junio se conmemora el Día Mundial