

# Información para el paciente de BMJ

Última publicación: Apr 27, 2023

## Hepatopatía alcohólica

**Si tiene enfermedad hepática alcohólica, su hígado ha sido dañado por años de consumo excesivo de alcohol. El tratamiento puede ayudar a detener un daño mayor y reducir la probabilidad de problemas graves, como insuficiencia hepática. Sin embargo, para que el tratamiento funcione, es importante que deje de beber. Su médico puede ayudar.**

### Qué es la enfermedad hepática alcohólica?

El hígado se encuentra justo debajo de las costillas, en el lado derecho del abdomen. Es uno de los órganos más grandes del cuerpo y realiza cientos de funciones.

Uno de los más importantes es procesar todo lo que comes y bebes, almacenando los nutrientes que tu cuerpo necesita y deshaciéndote de las sustancias que podrían ser dañinas.

El alcohol es una de estas sustancias nocivas, y su hígado solo puede manejar una cantidad limitada de alcohol a la vez. Si bebe en exceso, esto puede dañar las células de su hígado.

Si continúa bebiendo en exceso durante muchos años, esto puede causar daños más graves, lo que lleva a la enfermedad hepática alcohólica (ALD).

No hay una cantidad definida de consumo excesivo de alcohol que cause adrenoleucodistrofia en todas las personas. Algunas personas contraen adrenoleucodistrofia más rápidamente que otras, y a niveles más bajos de consumo de alcohol. Esto es más probable si usted tiene mucho sobrepeso (obesidad) o tiene otros problemas con el hígado, como una infección llamada hepatitis C.

Además, las mujeres son más propensas a desarrollar adrenoleucodistrofia que los hombres. Y la enfermedad a menudo empeora más rápidamente en las personas que fuman.

Hay tres etapas de la ALD.

- La primera etapa se llama **hígado graso** o **esteatosis**. En esta etapa, el daño ha comenzado a cambiar el hígado, lo que lleva a una acumulación de grasa.
- La segunda etapa se llama **hepatitis alcohólica**. Esto significa que el hígado está lesionado e inflamado (hinchado). Esta inflamación puede provocar más daño.

## Hepatopatía alcohólica

- La tercera etapa se denomina **cirrosis hepática alcohólica**. En esta etapa, tiene cicatrices en el hígado causadas por el daño continuo. A medida que el tejido cicatricial crece, reemplaza al tejido hepático sano. Esto hace que sea cada vez más difícil para el hígado hacer su trabajo.

Si la adrenoleucodistrofia se trata a tiempo, el daño se puede detener y el hígado a menudo puede recuperarse. Sin embargo, a medida que la adrenoleucodistrofia progresa, se vuelve más difícil de tratar y es más probable que se presenten problemas graves (complicaciones). Estos pueden incluir:

- insuficiencia hepática
- hemorragia interna
- problemas con la función cerebral
- cáncer de hígado, y
- Daño renal.

## Cúales son los síntomas?

La adrenoleucodistrofia puede causar diferentes síntomas en diferentes personas. Algunas personas presentan síntomas al principio, mientras que otras no presentan síntomas hasta que la enfermedad hepática está avanzada.

Algunos síntomas comunes incluyen:

- cansancio (fatiga)
- pérdida de apetito
- pérdida de peso
- un tinte amarillo en la piel y en la parte blanca de los ojos (ictericia)
- fiebre
- náuseas (sensación de malestar) y vómitos, y
- dolor en la parte superior derecha del abdomen.

Cuando la enfermedad se vuelve más avanzada, también puede causar:

- hinchazón en el abdomen (llamada ascitis). Esto es causado por una acumulación de líquido en el abdomen
- Piernas hinchadas. Esto también es causado por una acumulación de líquido
- sangre en el vómito o las heces. Esto es causado por sangrado en el sistema digestivo. Si tiene sangre en las heces, es posible que se vean negras. La sangre en el vómito a menudo se parece a los posos de café
- problemas con la confusión, la concentración, la memoria y el sueño. Si su hígado no funciona correctamente, las sustancias nocivas (toxinas) pueden acumularse en su cuerpo, afectando su cerebro. Esto se llama encefalopatía hepática

## Hepatopatía alcohólica

- temblor en la mano cuando extiende la muñeca (llamado asterixis).

Para diagnosticar la adrenoleucodistrofia, su médico le hará preguntas sobre su consumo de alcohol, lo examinará y le hará pruebas. Las pruebas también pueden mostrar qué tan avanzada está la enfermedad hepática. Entre estas se incluyen las siguientes:

- análisis de sangre para controlar la salud del hígado y detectar otros problemas que pueden acompañar a la ALD, como una cantidad baja de glóbulos rojos (una afección llamada anemia), niveles bajos de algunos minerales importantes e infección hepática (hepatitis A, B o C)
- una ecografía o una tomografía computarizada del hígado
- Una biopsia del hígado. Consiste en insertar una aguja a través de la piel para tomar una pequeña muestra de tejido del hígado. Pero no todas las personas necesitan una biopsia.

### qué tratamientos funcionan?

Con mucho, la parte más importante del tratamiento es dejar de beber. Si no dejas de beber, tu hígado no tendrá la oportunidad de recuperarse y es probable que tu enfermedad hepática empeore.

Si su hígado está muy dañado, es posible que lo consideren para un trasplante de hígado.

### Dejar de beber

La mayoría de las personas con adrenoleucodistrofia son dependientes del alcohol. Esto significa que les resulta difícil controlar su consumo de alcohol y continúan bebiendo incluso cuando les causa problemas.

Ser dependiente del alcohol es una enfermedad (es posible que escuche que se le llama trastorno por consumo de alcohol o alcoholismo). Pero con el apoyo y el tratamiento adecuados, puede dejar de beber. El tratamiento puede implicar diferentes cosas. Su médico puede ayudarle a explorar sus opciones. Entre estas se incluyen las siguientes:

- Recibir asesoramiento o un tratamiento de conversación (psicoterapia)
- unirse a un grupo de apoyo, como Alcohólicos Anónimos
- Ingresar a un programa de rehabilitación para alcohólicos.

A veces, las personas que beben en exceso tienen síntomas de abstinencia cuando dejan de beber. Entre estas se incluyen las siguientes:

- tembloroso
- ansiedad
- una frecuencia cardíaca rápida, y
- Náuseas y vómitos.

Su médico puede recetarle medicamentos para ayudarle a sobrellevar estos síntomas.

# Hepatopatía alcohólica

Su médico también puede recomendar tomar medicamentos que pueden ayudar a reducir su deseo de alcohol.

## vacunaciones

Es probable que su médico le recomiende que se vacune para proteger su hígado de dos infecciones: la hepatitis A y la hepatitis B. Estas infecciones pueden dañar el hígado, especialmente si tiene ALD.

Es probable que su médico también le recomiende vacunarse contra la neumonía (si aún no la ha recibido), así como una vacuna anual contra la gripe.

## Otros cambios en el estilo de vida

Tener mucho sobrepeso (obesidad) o fumar puede acelerar la rapidez con la que empeora la enfermedad hepática. Bajar de peso y dejar de fumar puede ayudar a retrasar este daño. Su médico puede recomendar tratamientos para ayudar.

Muchas personas con enfermedad hepática no reciben suficiente nutrición. Esto puede deberse en parte a que no comen lo suficiente y también a que su hígado no es capaz de procesar los alimentos tan bien como debería.

Como resultado, su médico puede recomendarle que cambie su dieta y hábitos alimenticios. Esto puede implicar comer varias veces al día para obtener suficientes calorías y proteínas, incluso a la hora de acostarse y cuando se levanta por la mañana.

Es posible que también deba tomar suplementos vitamínicos y reducir el consumo de sal.

## Tratamientos para las complicaciones

Si su enfermedad hepática está más avanzada, es posible que necesite tratamiento para complicaciones específicas, como las siguientes:

- Acumulación de líquido
- Problemas renales
- sangrado en el tracto digestivo, y
- problemas con la función cerebral.

Su médico hablará de esto con usted.

## Trasplante hepático

Si su hígado se ha dañado mucho, ya no podrá hacer su trabajo. La única opción de tratamiento en esta etapa es un trasplante de hígado.

Esto implica someterse a una cirugía para reemplazar el hígado con un hígado sano de alguien que acaba de morir. Es una operación importante y un hígado puede tardar mucho tiempo en estar disponible.

## Hepatopatía alcohólica

Para ser considerado para un trasplante, debe dejar de beber. Es posible que deba mantenerse alejado del alcohol durante seis meses o más antes de que lo agreguen a la lista de personas que esperan un trasplante de hígado.

### Qué sucederá?

Si se le da la oportunidad, el hígado es muy bueno para curarse a sí mismo. Esto significa que, si su enfermedad hepática no está avanzada, su hígado podría recuperarse si deja de beber. Si sigue bebiendo, esto provocará más daños y posiblemente complicaciones potencialmente mortales.

Es probable que su médico le recomiende que tenga citas regulares y análisis de sangre para controlar su hígado. Si tienes una enfermedad hepática más avanzada (cirrosis), el médico también puede recomendar que te hagas ecografías cada seis meses para detectar cáncer de hígado.

Debido a que su hígado está dañado, puede tener dificultad para procesar ciertos medicamentos. Es importante que consulte con su médico antes de tomar cualquier medicamento nuevo, incluidos los remedios a base de hierbas y los tratamientos de venta libre.

El ibuprofeno y otros analgésicos llamados medicamentos antiinflamatorios no esteroideos (AINE) pueden dañar el hígado si tienes una enfermedad hepática. Pero las dosis bajas de paracetamol (hasta 2 gramos al día) suelen ser seguras, siempre y cuando comas regularmente.

Debe mantener una lista escrita de todos sus medicamentos y cuándo debe tomarlos. Es una buena idea llevar esta lista, o todos los frascos de sus medicamentos, a su médico o a las visitas al hospital.

Debe buscar atención médica de inmediato si presenta alguno de los siguientes síntomas. Podrían ser un signo de un problema grave que requiere tratamiento urgente:

- Fiebre
- Dolor abdominal
- Disnea
- Un ritmo cardíaco rápido
- Respiración rápida
- Sensación de vértigo
- Sangre en las heces o el vómito.

Después de años de beber en exceso, dejar el alcohol puede parecer una meta imposible. Pero con apoyo y tratamiento, muchas personas tienen éxito. Si tiene alguna pregunta o inquietud, asegúrese de discutirla con su médico.

# Hepatopatía alcohólica

La información para el paciente de *BMJ Best Practice* del que se deriva este folleto se actualiza periódicamente. La versión más reciente de las Best Practice puede encontrarse en [bestpractice.bmj.com](https://bestpractice.bmj.com). Esta información está destinada a los profesionales de salud. No sustituye al asesoramiento médico. Se recomienda encarecidamente que verifique de forma independiente cualquier interpretación de este material y, si tiene algún problema médico, acuda a su médico.

Consulte las condiciones de uso completas del BMJ en: [bmj.com/company/legal-information](https://bmj.com/company/legal-information). BMJ no ofrece ninguna declaración, condición, garantía o aval, ya sea explícito o implícito, de que este material sea exacto, completo, actualizado o adecuado para un fin determinado.

© BMJ Publishing Group Ltd 2025. Todos los derechos reservados.

