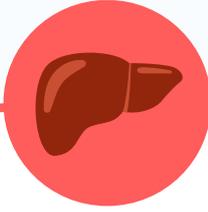




STOP HCC-HCV

Lo Que Debe Saber Sobre La Enfermedad del Hígado Graso no Alcohólico



¿CÓMO AFECTA LA GRASA AL HÍGADO?

- El hígado limpia su sangre y usa los alimentos que come
- La grasa puede dañar seriamente el hígado
- **La enfermedad de hígado graso no alcohólico (NAFLD, por sus siglas en inglés)** es cuando el hígado contiene demasiada grasa
- **La hepatitis por esteato no alcohólico (NASH, por sus siglas en inglés)** es cuando la grasa daña el hígado (llamada hepatitis)
- **NAFLD** y **NASH** se diagnostican en personas que no beben mucho alcohol



¿QUÉ TAN COMÚN ES NAFLD Y NASH?

- **NAFLD** afecta entre **75 a 100 millones** de personas, incluidos niños en los EE.UU.
- **NASH** afecta a un estimado de **16 millones** de personas
- 1 de cada 4 personas con **NASH** es probable que presenten cicatrización hepática grave (llamada cirrosis)
- **NASH** es una razón común para la insuficiencia hepática y el trasplante de hígado

¿CUÁLES SON LOS FACTORES DE RIESGO?

- Diabetes
- Sobrepeso u obesidad
- Grandes cantidades de grasa (triglicéridos) en la sangre
- Colesterol alto
- Mujeres son afectadas más que los hombres
- Personas de 40 a 60 años, pero también ocurren en personas jóvenes e incluso niños

¿QUÉ PUEDE HACER PARA MANTENERSE SALUDABLE?

Ningún medicamento puede tratar **NAFLD o **NASH**, pero los cambios en el estilo de vida pueden reducir el daño hepático:**

- Evite las comidas rápidas, refrescos, jugos, alimentos fritos, carbohidratos como el pan y la pasta y el azúcar
- Bajar de peso con alimentos saludables y haga ejercicio
- Deje de beber alcohol
- Mantenga la diabetes bajo control
- Pregúntele a su médico acerca de la vitamina E

¿CÓMO SABER SI TIENE NAFLD O NASH?

¿Hay síntomas?

- **NAFLD** generalmente no causa síntomas
- **NASH** causa síntomas de daño hepático: cansancio, pérdida de apetito, náuseas, pérdida de peso, sangrado fácil, hinchazón de las piernas y piel amarilla
- **NAFLD** y la **NASH** aumentan el riesgo de enfermedad cardíaca

¿Cómo se diagnostica?

- Su médico puede ordenar pruebas de función hepática
- El diagnóstico de **NAFLD** se realiza después de verificar otras razones por pruebas hepáticas anormales, como infecciones por virus, efectos secundarios de medicamentos y alcohol
- **NASH** se diagnostica si su hígado muestra daño

VISITA:

STOPHEPATITIS.COM

