

15 de noviembre, Día Mundial sin Alcohol

El alcohol aumenta el riesgo de mortalidad por cualquier causa, especialmente en los cánceres

El hígado es uno de los órganos más afectados por el consumo de alcohol al metabolizar el 90% que absorbe el organismo

- Los efectos nocivos del alcohol en el hígado provocan tres síndromes evolutivos: **hígado graso, hepatitis alcohólica y cirrosis hepática alcohólica.**
- El alcohol constituye el 7º factor de riesgo de mortalidad y de reducción de la calidad de vida a nivel mundial, y el primero en el grupo de edad de 15 a 49 años.
- La Fundación Española del Aparato Digestivo (FEAD) quiere recordar que los estudios actuales concluyen de forma clara e inequívoca que el alcohol es un problema de salud mundial.
- Entre un 20-50% de los cánceres de hígado que se someten a trasplante hepático son debidos al alcohol.

14 de noviembre de 2018.- En el Día Mundial Sin Alcohol, la Fundación Española del Aparato Digestivo (FEAD) quiere recordar las nocivas consecuencias que el consumo elevado y prolongado de alcohol tiene para la salud en general y para el hígado en particular, y en especial alertar sobre los peligros del consumo social del alcohol muy especialmente entre los jóvenes.

“El alcohol produce en el hígado lo que llamamos hepatopatía alcohólica, que es un espectro de lesiones que se agrupan en tres síndromes fundamentalmente y que además son evolutivos en gravedad y dificultad de tratamiento: **la esteatosis hepática alcohólica o hígado graso por alcohol en fase inicial, y la hepatitis alcohólica y la cirrosis hepática alcohólica, que son etapas más graves de la misma enfermedad**” explica el Dr. José Miguel Rosales Zabal, especialista del aparato digestivo y portavoz de la Fundación Española del Aparato Digestivo (FEAD). Además, la cirrosis hepática puede facilitar el desarrollo de cáncer de hígado.

En España se estima que el alcohol es el responsable del 40-50% de los casos de cirrosis hepática, siendo así la principal causa de cirrosis. En cuanto al cáncer de hígado, entre un 20-50% de los cánceres de hígado que se someten a trasplante hepático son debidos al alcohol. La gravedad y dificultad del tratamiento de las hepatopatías viene demostrado por las bajas cifras de supervivencia a largo plazo. Solo sobreviven más de cinco años el 58% de los

PARA GESTIÓN DE ENTREVISTAS:

Montse Llamas (636 820 201) mllamas@alaoeste.com

Sonia Joaniquet (663 848 916) sjoaniquet@alaoeste.com

pacientes con hepatopatía alcohólica, el 49% de pacientes con cirrosis provocada por el consumo de alcohol y el 33% de pacientes con hepatitis alcohólica sobre una cirrosis previa.

“Los efectos nocivos del alcohol sobre el hígado vienen definidos por múltiples factores, por un lado, relacionados por los efectos sobre el propio órgano y su metabolismo, y, por otro lado, relacionados con la propia susceptibilidad de cada persona, pues los daños no son iguales en todos”, añade el Dr. Rosales Zabal.

Daño hepático producido por el alcohol

El 90% del alcohol que absorbe el organismo se metaboliza en el hígado a través de unas células llamadas hepatocitos en las que el alcohol se “oxida” transformándose en acetaldehído, una sustancia que es considerada la principal responsable de los efectos nocivos del alcohol. El acetaldehído es capaz de estimular el sistema inmune y activar sustancias inflamatorias que dañan las células del hígado, degenerándolas y produciendo su destrucción. Además puede provocar fibrosis, es decir, la sustitución de tejido sano del hígado por un tejido “cicatricial” que no puede cumplir con las funciones de un hígado sano. El acetaldehído también estimula los procesos que generan cáncer. La oxidación del alcohol en el hígado favorece una serie de mecanismos que aumentan el depósito de grasa y la aparición de hígado graso.

La susceptibilidad individual no se conoce con exactitud, pero hay varios factores que influyen en aumentar el riesgo de desarrollar hepatopatía alcohólica: la edad (es más frecuente entre los 40 y 50 años), el sexo (las mujeres son más susceptibles), la raza (es más común en americanos, africanos e hispanos), el consumo de tabaco, la obesidad, el tipo de bebida y la forma de consumirla, factores genéticos, o el consumo de alcohol con medicamentos que puedan potenciar su efecto dañino y que son tan habituales como el paracetamol.

La gravedad y alta mortalidad de las enfermedades hepáticas refleja la necesidad de un diagnóstico precoz y de iniciar de forma temprana los tratamientos apropiados. Sin embargo, tal como recuerda el Dr. Rosales Zabal “la abstinencia al alcohol es el mejor tratamiento, si no se consigue, los tratamientos serán poco efectivos y lo más importante, puede dificultar la realización de otros tratamientos como el trasplante hepático”.

En la fase más inicial del daño hepático, cuando se trata de hígado graso o hepatitis leve, el abandono del alcohol evita la progresión del daño e incluso puede revertirse. Las hepatitis agudas por el alcohol necesitan hospitalización, tratamiento nutricional y a veces con corticoides. Sin embargo, en fases avanzadas, con cirrosis, el daño es irreversible. En estos casos, el abandono del alcohol disminuye, aunque no lo suprime, el riesgo de poder desarrollar un cáncer de hígado o bien otras complicaciones de la cirrosis, como la aparición de líquido en el abdomen (ascitis), hemorragias digestivas, encefalopatía hepática (alteraciones del comportamiento y del nivel de conciencia), etc. El trasplante hepático es una opción en situaciones de muy mala función hepática y siempre que la persona no beba nada de alcohol desde hace más de 6 meses.

7º factor de riesgo de mortalidad y de reducción de la calidad de vida

Otro aspecto relevante a destacar por la FEAD, es desmentir algunas falsas creencias sobre el consumo del alcohol. El Dr. Rosales Zabal advierte en este sentido que no hay una cantidad

PARA GESTIÓN DE ENTREVISTAS:

Montse Llamas (636 820 201) mllamas@alaoeste.com

Sonia Joaniquet (663 848 916) sjoaniquet@alaoeste.com

“buena” de consumo y explica “un reciente estudio publicado en la prestigiosa revista *The Lancet*¹, muestra que el alcohol es responsable de un aumento del riesgo de mortalidad por cualquier causa, y específicamente de los cánceres, que incrementan el riesgo con los niveles crecientes de consumo, y comprobando que el nivel de consumo de alcohol que minimiza la pérdida de salud es cero”. Según el estudio el alcohol constituye el 7º factor de riesgo de mortalidad y de reducción de la calidad de vida (a nivel mundial), y el primer factor si se considera el grupo de edad de 15 a 49 años, por lo que el consumo de alcohol en jóvenes constituye el principal factor de riesgo para la salud de estos.

“Por esta razón el consumo de alcohol en jóvenes es igual de perjudicial o más que en adultos y frenar el consumo en la edad adulta no repara ni mejora los daños ya provocados” argumenta el Dr. Rosales Zabal “como tampoco cabe pensar que beber sólo en fin de semana el daño es menor, puesto que además se ha demostrado que el consumo de fin de semana implica ingestas de mayor cantidad de alcohol en menos tiempo con un mayor riesgo de desarrollar daño hepático y en otros órganos”.

En conclusión, la Fundación Española del Aparato Digestivo (FEAD) quiere recordar que los estudios actuales concluyen de forma clara e inequívoca que el alcohol es un problema de salud mundial de gran magnitud, y que la pequeña reducción de daños relacionados con la salud que podría esperarse de un consumo moderado o pequeño son superadas por el aumento del riesgo de sufrir enfermedades graves como el cáncer.

Fundación Española del Aparato Digestivo (FEAD)

La Fundación Española del Aparato Digestivo (FEAD) es una institución privada sin ánimo de lucro, creada y promovida por la Sociedad Española de Patología Digestiva (SEPD) y sometida al protectorado del Ministerio de Educación y Ciencia. Entre sus objetivos principales destacan promocionar la salud digestiva de la población española, realizar campañas de prevención de las enfermedades digestivas mediante la educación sanitaria de la población, apoyar la investigación en gastroenterología y promover la formación de calidad de los profesionales sanitarios en esta especialidad. Para todo ello cuenta con el apoyo y la colaboración activa de los más de 2.700 especialistas del Aparato Digestivo, socios de la SEPD.
www.saludigestivo.es

1. Crisworld Mg, Fullman N, Hawley C, Arian N, Zimsen SRM, Tymeson HD et al. Alcohol use and burden for 195 countries and territories, 1990–2016: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2016. *The Lancet*, Volume 392, ISSUE 10152, P1015-1035, September 22, 2018.

PARA GESTIÓN DE ENTREVISTAS:

Montse Llamas (636 820 201) mllamas@alaoeste.com

Sonia Joaniquet (663 848 916) sjoaniquet@alaoeste.com