Publicado en Ciudad de México el 09/06/2023

# [Con 41% de adultos que tienen hígado graso no alcohólico, México casi duplica tasa promedio mundial: AMH](http://www.notasdeprensa.es)

## Obesidad, diabetes, hipertensión y colesterol alto son factores de riesgo para Enfermedad por Hígado Graso no Alcohólico (EHGNA), destacó la Asociación Mexicana de Hepatología

 La Enfermedad por Hígado Graso no Alcohólico (EHGNA) es un enemigo silencioso que afecta a 25% de la población mundial, y 41% de los adultos mexicanos la padecen, destacó la Asociación Mexicana de Hepatología (AMH), al llamar a prevenir, diagnosticar y tratar oportunamente esta enfermedad 100% reversible en etapas tempranas. En conferencia de prensa por el Día Internacional de la EHGNA, la doctora Rosalba Moreno Alcántar, presidenta de la Asociación Mexicana de Hepatología (AHM) y jefa de Gastroenterología del Hospital de Especialidades del Centro Médico Nacional Siglo XXI (IMSS), dijo que este problema de salud se cuadruplicó en 20 años en México, afectando por igual a hombre y mujeres. "La enfermedad por hígado graso no alcohólico debe verse como un problema multisistémico en el que los cambios de hábitos alimenticios y el sedentarismo han sido determinantes, aunque también 25% de quienes la padecen son delgados. No hay un tratamiento que la cure en etapas tardías, por eso hay que prevenir, atender factores de riesgo y realizarse pruebas diagnósticas", indicó Moreno Alcántar.  La presidenta de la Asociación Latinoamericana para el Estudio del Hígado (ALEH), doctora Graciela Castro, manifestó que en etapas tempranas, la enfermedad es reversible con dieta saludable, ejercicio e incluso con terapia farmacológica evitando que evolucione a cirrosis, fase en que el tejido del hígado está cicatrizado y permanentemente dañado".  "Perder 10% o más del peso corporal mejora la fibrosis hasta 45% y si solamente hay grasa acumulada sin que el tejido esté cicatrizado, la reversión puede ser hasta de 90%", precisó Graciela Castro. En tanto, el doctor Nicolás Fernández, miembro de la Asociación Mexicana de Gastroenterología, precisó que los principales factores de riesgo para hígado graso no alcohólico son: obesidad, diabetes, hipertensión, colesterol alto, una vida sedentaria y tener 50 o más años. Más adelante, la doctora Eira Cerda Reyes, tesorera de la AHM, expresó que conforme avanza la EHGNA, el hígado pierde sus funciones para digerir los alimentos, filtrar toxinas y fortalecer el sistema inmune, por lo que todos los médicos deben estar pendientes de los factores de riesgo para prevenir y diagnosticar a tiempo.. "Pruebas sencillas en sangre y estudios de imagen como un ultrasonido hepático detectan irregularidades en la función hepática o si hay grasa en el tejido superior a 5% de la superficie total de este órgano, para evitar que evolucione a fibrosis o cirrosis y tener un mejor pronóstico en el tratamiento", puntualizó Cerda  Reyes. Finalmente, José Antonio Velarde, jefe del Servicio de Gastroenterología del Hospital Civil de Guadalajara "Fray Antonio Alcalde", puntualizó que el diagnóstico oportuno es fundamental, porque se está convirtiendo en la primera causa de trasplante hepático en el mundo. Además, afecta a personas cada vez más jóvenes, por lo que un adolescente de 15 años con EHGNA, al llegar a los 40 tendrá cirrosis", advirtió. Una dieta equilibrada con verdura, fruta y fibra, sin grasa y azúcares, y ejercicio diario, ayudan a prevenir y revertir los daños al hígado, y en algunos casos los médicos podrán recomendar algún medicamento.

**Datos de contacto:**

Mariel Medina

55 1561 4622

Nota de prensa publicada en: [https://www.mexicopress.com.mx/con-41-de-adultos-que-tienen-higado-graso-no](http://www.notasdeprensa.es/educalivecom-disfruta-de-cursos-presenciales-y-clases-particulares-a-traves-de-internet)

Categorías: Nacional Medicina Nutrición Investigación Científica Ciudad de México Personas Mayores Bienestar Servicios médicos



[**http://www.mexicopress.com.mx**](http://www.notasdeprensa.es)