

La cirrosis y la hepatitis asociada al alcohol, la epidemia femenina que llega

- Aunque casi siempre ha sido una enfermedad masculina, la cirrosis por alcohol está incrementando su incidencia en mujeres jóvenes.



Alcohol

<https://okdiario.com/salud/cirrosis-hepatitis-asociada-alcohol-epidemia-femenina-que-llega-12122097>

Marta Burgues

Domingo, 24 diciembre 2023

Aunque casi siempre ha sido una enfermedad masculina, la cirrosis por alcohol está incrementando preocupantemente su incidencia en mujeres jóvenes. Los expertos ya hablan de una próxima epidemia en este tema y especialmente en mujeres.

Los especialistas de la Sociedad Española para el Estudio del Hígado (AEEH) alertan de este cambio en el patrón de consumo, similar al ocurrido con el tabaquismo, y de los "atracones" de los fines de semana

Por qué la cirrosis y la hepatitis asociadas al alcohol preocupan

Cuanto antes se empieza a beber, más posibilidades hay de generar adicción y acabar en cirrosis, aunque es cierto que el alcohol no afecta a todas las personas por igual, y que hay factores como la predisposición genética o la obesidad que aumentan su efecto nocivo.

Los expertos comentan que quienes dicen que los fines de semana beben alcohol pero entre semana no y entonces no pasa nada, entonces esto es un error. La realidad es la contraria: con el consumo desmesurado en fin de semana "sí pasa algo", pasa que se está poniendo en riesgo la salud hepática.

Qué es la cirrosis

Según Clínica Mayo, la cirrosis es la formación grave de cicatrices en el hígado. Existen varios tipos de enfermedades y afecciones hepáticas que pueden causar esta afección grave, como la hepatitis o el alcoholismo crónico. Cada vez que se da una **lesión en el hígado**, ya sea debido al consumo excesivo de **alcohol** u otra causa, como una infección, este intenta recuperarse por sí mismo.

Según genética

Según los médicos, el **alcohol** no afecta a todas las personas por igual, y hay factores como la predisposición genética o la obesidad que aumentan su efecto nocivo.

Pero cuanto antes se empieza a beber, **más posibilidades hay de generar adicción y acabar en cirrosis**. Y eso es de hecho lo que está empezando a ocurrir ya en muchos jóvenes y particularmente en muchas jóvenes mujeres.

“La epidemiología está cambiando del varón mayor a la mujer joven en todo el mundo. Hemos visto que esto sucede en mayor medida en los países anglosajones pero en los mediterráneos también se empieza a ver ya. Hay una clara tendencia a que el consumidor sea más joven y mujer en todos los países ricos”, según especialistas de la AEEH.

Realmente, la distancia entre **las evidencias científicas disponibles en relación con el impacto** sobre la salud del consumo del **alcohol** y la percepción de este impacto por parte de la población es uno de los temas que más preocupa a los especialistas en patologías del hígado.

Datos preocupantes

En datos del Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social, el 93% de los españoles ha consumido **alcohol** alguna vez en su vida, el 77,2% durante el último año, el 63 % durante el último mes y más del 8,8% lo consume a diario.

¿Cuánto puedo beberse sin perjudicar mi salud?

Sin un conocimiento personalizado de la genética y el estado de salud de cada paciente en concreto, la única respuesta posible a esta pregunta es **alcohol** cero.

Si el paciente tiene más factores de riesgo, por ejemplo, si tiene obesidad y síndrome metabólico, el riesgo es mayor. Por otro lado, hay pacientes con una **predisposición genética** para desarrollar hepatopatía alcohólica o daño al órgano inducido por el **alcohol**.

Esto hace que, aunque beba lo mismo que otra, pueda tener más que quien también bebe lo mismo. Pero esto **depende de muchos factores como hemos establecido**.

Los expertos afirman que “nos equivocaríamos al afirmar que una cantidad determinada es segura para todas las personas”, pero no se equivocan cuando dicen que si uno toma tres cervezas o dos bebidas más fuertes al día está en riesgo de desarrollar problemas de salud relacionados con el **alcohol**.