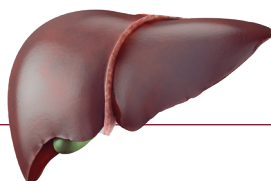


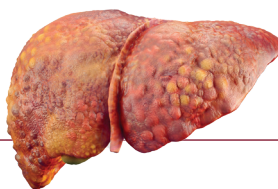
¿QUÉ ES LA CIRROSIS?

La cirrosis es una forma avanzada de enfermedad hepática. Es una condición en la cual el tejido cicatricial ha reemplazado al tejido hepático sano, lo que afecta el flujo sanguíneo y la capacidad del hígado para funcionar correctamente.

Hígado Sano



Hígado con Cirrosis



¿CÓMO OCURRE LA CIRROSIS?

El daño hepático puede ocurrir por genética, factores del estilo de vida (como la dieta), y exposición a toxinas. El consumo excesivo de azúcar, alimentos procesados o fritos, alcohol y drogas son causas comunes. El hígado intenta neutralizar y reparar el daño ensanchando los vasos sanguíneos y regenerando tejido.

Con el tiempo este daño causa inflamación y fibrosis (cicatrización). La fibrosis es clasificada de F0 (sin o mínima cicatrización) a F4 (cirrosis). Es posible revertir la condición antes de F4 en algunos pacientes.

Lesión Hepática

Inflamación

Fibrosis

Cirrosis

¿CÓMO SE DIAGNOSTICA LA CIRROSIS?

La enfermedad hepática a menudo no presenta síntomas hasta que se desarrolla la cirrosis. Las formas avanzadas generalmente se detectan mediante análisis de laboratorio rutinarios o imágenes como ecografías o tomografías. Pruebas de sangre simples, como plaquetas o albúmina bajas, pueden indicar la posible presencia de cirrosis. Puede requerirse una resonancia magnética o Fibroscan. En casos raros, se realiza una biopsia hepática.

CIRROSIS COMPENSADA VS DESCOMPENSADA

La cirrosis se clasifica como compensada o descompensada:

Descompensada: cirrosis con ascitis incontrolada, ictericia, encefalopatía y hemorragias gastrointestinales.

Compensada: cirrosis sin ninguna de las condiciones anteriores o con estas controladas mediante medicación.

ALGUNOS SÍNTOMAS DE UN HÍGADO DESCOMPENSADO

- Ictericia
- Ascitis y edema (retención de líquidos)
- Encefalopatía hepática (confusión)
- Hemorragia variceal

ACCIONES SUGERIDAS

- Suspender el uso de alcohol y drogas
- Bajar de peso
- Reducir el azúcar, los alimentos procesados/fritos y los carbohidratos
- Aumentar el ejercicio físico
- Caminar 15-20 minutos al día



**LIVER EDUCATION
ADVOCATES**

es una organización sin fines de lucro fundada por un paciente hepático, con la misión de educar y crear conciencia sobre el hígado graso.



Cualquier persona que tenga alguna de las afecciones descritas es bienvenida a unirse a nuestro grupo de apoyo en línea en liveradvocates.org (inglés) higadograso.org (español)

COPYRIGHT © 2025 LIVER EDUCATION ADVOCATES

CIRROSIS: El Denominador Común

¿SABÍAS QUE?

La cirrosis no siempre es causada por el consumo de alcohol o drogas



**LIVER EDUCATION
ADVOCATES**

VIRAL

Hepatitis A

Altamente contagiosa. Las personas que contraen hepatitis A pueden sentirse mal durante algunas semanas o varios meses, pero generalmente se recuperan por completo y no presentan daño hepático permanente. La hepatitis A no se vuelve crónica. Este virus generalmente se propaga por vía fecal-oral, por contacto directo entre personas o por el consumo de alimentos o bebidas contaminados.

Acción: Vacunación
Más info: cdc.gov

Hepatitis B

Es una infección hepática viral grave. Puede ser aguda, con una duración inferior a seis meses, o crónica, con una duración superior a seis meses. La hepatitis B se puede controlar con medicamentos y prevenir con la vacunación. El virus se transmite generalmente a través de fluidos corporales.

Acción: Vacunación y tratamiento con medicamentos
Más info: Hepb.org

Hepatitis C

Enfermedad viral de transmisión por contacto con fluidos o agujas contaminadas.

Acción: No hay vacuna, pero sí tratamiento curativo.
Más info: HepatitisC.net

Hepatitis D

También conocida como hepatitis Delta, es una infección viral grave del hígado. Se adquiere junto con la hepatitis B y de la misma manera (es decir, a través de fluidos corporales).

Acción: No hay vacuna. La hepatitis D aguda suele resolverse por sí sola. Se están investigando numerosos medicamentos para su manejo.
Más info: cdc.gov

EXÓGENAS

Lesión Hepática Inducida por Fármacos

Algunos suplementos, medicamentos recetados y de venta libre (OTC), como el uso excesivo de acetaminofén, pueden causar daño hepático.

Acción: Suspender el medicamento y monitorear la salud del hígado.
Más info: britishlivertrust.org

Enfermedades Hepáticas por Toxinas

Similar a la Lesión Hepática Inducida por Fármacos, este daño es causado por la exposición a químicos, solventes o pesticidas.

Acción: Evitar la fuente de exposición.
Más info: globalliver.org

GENÉTICAS

Enfermedad de Wilson

Es un trastorno genético poco común que puede ser difícil de diagnosticar y causa una acumulación de cobre en el hígado y el cerebro. Puede provocar complicaciones graves.

Acción: Medicamentos para eliminar el cobre o trasplante hepático.
Más info: wilsonsdisease.org

Hemocromatosis

Es un trastorno genético caracterizado por una absorción excesiva de hierro de la dieta, lo que provoca una sobrecarga de hierro en el organismo.

Acción: Extracción de sangre (como una donación) y medicamentos.
Más info: Hemochromatosis.org

Deficiencia de Alfa-1 Antitripsina (A1AT)

Condición hereditaria que causa niveles bajos o nulos de alfa-1 antitripsina (AAT) en la sangre. Según el tipo, este trastorno afecta los pulmones o el hígado.

Acción: Terapia de aumento, medicamentos, terapia pulmonar y de oxígeno.
Más info: Alpha1.org

Fibrosis Quística (FQ)

Es una enfermedad hereditaria que causa daño a los pulmones, el sistema digestivo y otros órganos del cuerpo, incluido el hígado. Afecta las células que producen moco, sudor y jugos digestivos. Puede causar daño hepático, pancreático y pulmonar.

Acción: Dieta, terapia de depuración de las vías respiratorias, medicamentos y terapia de reemplazo enzimático.
Más info: Cff.org

METABÓLICAS

Enfermedad Hepática Alcohólica

Las enfermedades metabólicas son muy similares, difiriendo principalmente en la causa principal de la lesión hepática. Como su nombre lo indica, la enfermedad de hígado graso alcohólica es una enfermedad causada por el consumo de alcohol.

Acción: Dejar el alcohol, comer saludablemente y hacer ejercicio.
Más info: Soberlivers.org

Met-ALD

Esta categoría incluye a personas con consumo excesivo de alcohol, junto con factores de riesgo metabólico.

Acción: Dejar alcohol, dieta saludable y ejercicio.
Más info: Soberlivers.org; Liveradvocates.org

MASH

La esteatohepatitis asociada a disfunción metabólica (MASH) puede deberse a diversos factores, como hipertensión arterial, diabetes tipo 2, obesidad, genética, el VIH y factores ambientales. Si bien esta afección suele asociarse con la obesidad, muchas personas delgadas la padecen.

Acción: Alimentación saludable, ejercicio y abstinencia de alcohol. Considerar Rezdiffra si se tiene Fibrosis F2 o F3.
Más info: Liveradvocates.org

AUTOINMUNES

CBP (Colangitis Biliar Primaria)

Es una enfermedad crónica y progresiva que causa inflamación y, eventualmente, la destrucción de los conductos biliares que recorren el hígado. Sin el correcto funcionamiento de los conductos biliares, la bilis se acumula en el hígado, causando daño hepático. Esto puede derivar en cirrosis hepática.

Acción: Medicamentos para controlar la enfermedad.
Más info: Pbcers.org

CEP (Colangitis Esclerosante Primaria)

Es una enfermedad progresiva a largo plazo del hígado y del sistema biliar, caracterizada por la inflamación y cicatrización de los conductos biliares, que normalmente permiten el drenaje de la bilis desde el sistema biliar.

Acción: No hay cura, pero los síntomas se pueden tratar con medicamentos.
Más info: Pscpartners.org

Hepatitis Autoinmune (HA)

Se produce cuando el sistema inmunitario ataca el hígado. Esto puede causar inflamación, irritación y daño hepático. La causa exacta de la hepatitis autoinmune no está clara, pero factores genéticos y ambientales parecen interactuar con el tiempo para desencadenar la enfermedad.

Acción: No hay cura. Sin embargo, hay medicamentos inmunosupresores para inducir remisión y detener la progresión.
Más info: Aihep.org

