

# ENFERMEDAD HEPÁTICA RELACIONADA CON ALCOHOL



El hígado realiza 500 funciones. Elimina toxinas de la sangre, es el mayor filtro del cuerpo. Además produce bilis para digerir los alimentos, factores de coagulación para controlar el sangrado y ayuda al organismo a combatir las infecciones.

El hígado es el órgano que procesa el alcohol, y únicamente puede manejar una pequeña cantidad a la vez. Si una persona bebe demasiado alcohol, ocurrirá lo siguiente:

- Acumulación adicional de grasa en el hígado (hígado graso)
- Inflamación del tejido hepático (hepatitis alcohólica)
- Tejido cicatricial del hígado (cirrosis), que por lo general es permanente.
- Cáncer hepático

Aproximadamente 88,000 estadounidenses mueren cada año por haber bebido demasiado alcohol. El daño hepático relacionado con el alcohol es una de las principales causas de la cirrosis.

Su edad, peso, sexo y salud en general afectan la forma en que su cuerpo puede manejar el alcohol, por lo que es difícil saber cuánto alcohol es seguro para cada quien. Lineamientos generales a considerar:

## Bajo riesgo al beber

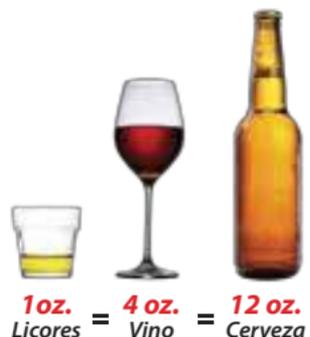
Mujeres: 1 vaso por día  
Hombres: 2 vasos por día

## Mayor riesgo al beber

Mujeres: 2 o más vasos por día  
Hombres: 3 o más vasos por día

## ¿Qué es un vaso?

Cada una de estas bebidas, en estas cantidades, tiene la misma cantidad de alcohol. La cerveza y el vino no son "más seguros" que el licor. El alcohol es alcohol; la cantidad es lo que importa. Mezclar el alcohol con otras bebidas (jugos, aguas con gas) no lo hace menos riesgoso.



## ¿Qué es el consumo desenfrenado de alcohol?

El consumo desenfrenado es cuando las personas beben mucho alcohol en poco tiempo. Para las mujeres, tomar cuatro vasos o más en dos horas es consumo desenfrenado. Para los hombres, tomar cinco vasos o más en dos horas es consumo desenfrenado. El consumo desenfrenado puede causar daño hepático permanente. Participar en juegos de bebidas es tan solo una de las cosas que puede llevar al consumo desenfrenado.

## ¿Qué sucede con los medicamentos y el alcohol?



Nunca beba alcohol cuando tome alguna medicina que contenga paracetamol, ya que esto puede ocasionar insuficiencia hepática. El paracetamol se encuentra en el Tylenol y en 600 medicamentos más. Muchos medicamentos con receta tienen etiquetas que indican claramente que no

deben mezclarse con alcohol. Es importante que lea las instrucciones de todos los medicamentos, tanto de venta libre como con receta, y que averigüe si hay advertencias acerca de consumir alcohol mientras los toma.

## ¿Hay personas que nunca deben beber alcohol?

Sí. Para algunas personas, beber cualquier cantidad de alcohol puede ser muy peligroso. Nunca debe beber alcohol si:

- Tiene alguna otra enfermedad hepática, ya que el alcohol puede empeorarla.
- Tiene menos de 21 años de edad; por cuestiones legales, cambios en el desarrollo del cerebro, así como el riesgo de daño hepático.
- Usted es un alcohólico en recuperación.
- Está embarazada.

## ¿Dónde puedo obtener más información?

- [cdc.gov](http://cdc.gov)
- [niaaa.nih.gov](http://niaaa.nih.gov)
- [KnowYourDose.org](http://KnowYourDose.org)

Añadir aquí todos los datos del sitio web, teléfono, Facebook, Twitter de ALF



**LiverFoundation.org**

**1-800-GO-LIVER (1-800-465-4837)**



**HEP C<sup>123</sup>**  
DIAGNOSIS, TREATMENT & SUPPORT

**HepC123.org**



**HE<sup>123</sup>**  
HEPATIC ENCEPHALOPATHY  
DIAGNOSIS, TREATMENT & SUPPORT

**HE123.org**



**/Liverinfo**



**/AmericanLiver**



**@liverUSA**



**/AmericanLiver**