

# Esteatosis Hepática

La esteatosis hepática o hígado graso es la acumulación anormal de grasa en el hígado, puede ser alcohólica o no alcohólica (asociada a Síndrome metabólico). Es la causa de enfermedad hepática crónica más frecuente en el mundo desarrollado y es la manifestación de la acumulación grasa del organismo en los órganos.

## Factores de riesgo

- Obesidad y sobrepeso
- Diabetes tipo 2 y resistencia a la insulina
- Dislipidemia
- Síndrome metabólico
- Consumo excesivo de alcohol

## Estudios de diagnóstico

- Ecografía hepática
- Elastografía hepática
- Pruebas de función hepática
- Biopsia hepática

## Tratamiento

Actualmente no existen tratamientos farmacológicos aprobados para la esteatosis pero está demostrado que requiere modificaciones del estilo de vida.

Perdida de peso

Dieta

Ejercicio físico

Control de diabetes

## Artículos

1. Nuevas terapias para la esteatosis hepática no alcohólica (2023)

Prometedoras alternativas con fármacos experimentales

2. Dieta mediterránea y reducción de hígado graso (2023)

Beneficios en la disminución de la inflamación hepática

3. Microbiota Intestinal y progresión del hígado graso (2022)

Se investiga el papel de la microbiota en la inflamación hepática

## Problemas en el diagnóstico

Síntomas inespecíficos como fatiga y molestias abdominales

Confusión con otras enfermedades hepáticas

Diagnóstico tardío, cuando ya hay fibrosis

## Preguntas

¿Ha sentido fatiga o debilidad persistente?

¿Tiene antecedentes de obesidad o diabetes?

¿Consuma alcohol con frecuencia?

¿Ha notado cambios en su digestión?

¿Le han detectado niveles altos de colesterol o triglicéridos?

# Obesidad

La obesidad es una enfermedad, caracterizada por un desequilibrio de energía debido a un estilo de vida sedentario, un consumo de energía excesivo o ambos que aumenta el riesgo de enfermedades

## Factores de riesgo

Dieta alta en calorías y baja en nutrientes  
Sedentarismo  
Factores genéticos y metabólicos  
Estrés y trastornos emocionales  
Enfermedades endocrinas

## Estudios diagnósticos

Índice de masa corporal  
Perímetro abdominal  
Bioimpedancia  
Perfil metabólico

## Tratamiento

Dieta y ejercicio  
Terapia conductual  
Fármacos  
Cirugía bariátrica en casos severos

## Artículos

Terapias GLP-1 para la pérdida de peso (2023)  
Fármacos como semaglutida han mostrado reducción del peso

## Obesidad y microbiota intestinal (2022)

Relación entre la composición de la microbiota y el metabolismo

Efectos del sueño en el metabolismo y la obesidad (2023)

La privación del sueño afecta la regulación del apetito

## Problemas en el diagnóstico

No se percibe como enfermedad grave

Estigma social que impide buscar ayuda

Acceso limitado a tratamientos eficaces

## Preguntas

¿Ha notado un aumento significativo de peso?

¿Con qué frecuencia hace ejercicio?

¿Tiene antecedentes familiares de obesidad?

¿Ha tenido cambios en el apetito o ansiedad por la comida?

¿Tiene síntomas como fatiga o dificultad para moverse?