

15 de noviembre, Día Mundial Sin Alcohol

LA CIRROSIS Y LA HEPATITIS ASOCIADA AL ALCOHOL SERÁN UNA EPIDEMIA FEMENINA EN LA PRÓXIMA DÉCADA

Tradicionalmente una enfermedad masculina, la cirrosis por alcohol está incrementando preocupantemente su incidencia en mujeres jóvenes, en una tendencia que llega de la cultura anglosajona pero que empieza a manifestarse ya en los países mediterráneos y a la que hay que poner freno con sensibilización y prevención

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

El Dr. Bataller, especialista de la AEEH, recuerda que el consumo de alcohol debe ser ocasional y moderado, y que tanto el consumo diario como el patrón de bebida tipo “atración”, puede tener efectos perjudiciales no solo para el hígado sino para otros órganos, con un mayor riesgo para mujeres y jóvenes.

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.

Madrid, 15 de noviembre de 2023.- Hoy, Día Mundial Sin Alcohol, la Asociación Española para el Estudio del Hígado (AEEH) quiere alertar sobre uno de los tópicos relacionados con el consumo de alcohol que más se están extendiendo y más pueden dañar la salud hepática. Se trata en concreto de esa falsa convicción de que el consumo es seguro cuando se realiza solo en fin de semana, aunque sea en grandes cantidades. “Los fines de semana, me pongo hasta arriba, pero entre semana no pruebo ni gota, así que no pasa nada”, ese es el convencimiento que tienen muchos jóvenes, cuando 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, explica el presidente de la Sociedad Española para el Estudio del Hígado (AEEH), el Dr. Manuel Romero Gómez.

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, la realidad es que 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, hasta el punto de que empieza a ser evidente un cambio en el patrón del consumo de riesgo que es similar al que ocurrió con el tabaquismo, explica Romero.

Así, si tradicionalmente la cirrosis y la hepatitis asociada al alcohol han sido una enfermedad masculina y en los tramos de edad más altos, su incidencia ahora se está incrementando de forma preocupante en personas jóvenes y, especialmente, mujeres. Una tendencia que llega de la cultura anglosajona pero que empieza a manifestarse ya en los países mediterráneos, “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”. explica el Dr. Bataller, Jefe de Hepatología del Clínic de Barcelona y especialista de la AEEH.

Una situación a la que hay que poner freno con sensibilización y prevención, según los hepatólogos para los que “no hay consumo seguro de alcohol”. 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, pues la hepatopatía relacionada con la ingesta de alcohol es la que causa más mortalidad en España. Según 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. Según datos recientes de la Comunidad de Madrid, el 50% de los niños entre 14 y 18 años habían consumido alcohol en los últimos treinta días, lo cual es un dato alarmante.

“Por cada niño que bebe alcohol hay un adulto que lo ha hecho posible”, expone el Dr. Ramón Bataller, uno de los mayores especialistas mundiales en el impacto del consumo de alcohol sobre las patologías del hígado. ¿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. En general, el impacto sobre la salud del hígado del consumo de alcohol se relaciona con dos factores. Por un lado, 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, lo que explica, por qué bebiendo lo mismo dos personas, una tiene muchos problemas y la otra no. “Por consiguiente, nos equivocáramos al afirmar que una cantidad determinada es segura para todas las personas”, afirma el Dr. Bataller, que añade esta advertencia: “sin embargo, no nos equivocaremos al decir 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”.

Sobre la AEEH

La AEEH reúne a los profesionales sanitarios y científicos dedicados a la investigación y tratamiento de las enfermedades hepáticas en España. Fundada en 1967, reúne en la actualidad a más de 1.200 médicos, enfermeras, investigadores básicos y otros profesionales sanitarios dedicados a la investigación y la atención de personas con patologías hepáticas en nuestro país.

Más información en www.aeeh.es

Gabinete de prensa de la AEEH

Celia Ruiz 654746473