



## NOTA DE PRENSA

### 49 Congreso de la Asociación Española para el Estudio del Hígado (AEEH)

## ¿TIENES UNA ENFERMEDAD DEL HÍGADO? OJO CON LOS SUPLEMENTOS DIETÉTICOS Y PRODUCTOS DE HERBORISTERÍA

Un estudio entre 150 pacientes alerta de que la toma de estos productos es muy común en los pacientes con una enfermedad del hígado, a pesar de que una proporción significativa de ellos son hepatotóxicos.

El estudio revela que la mayoría de pacientes desconocen su composición y posible toxicidad, por lo que concluye en la necesidad de una mayor información y educación sanitaria al respecto

En concreto, el 35% de la muestra reconoció la toma de suplementos dietéticos, el 45% la de productos de herboristería y el 19% la de ambos.

La mayoría (77%) tomaba los suplementos dietéticos de forma diaria y una gran proporción (62%) no conocían su composición.

**Madrid, 16 de febrero de 2024.-** Un estudio realizado por especialistas de los servicios de Hepatología y Farmacia del Hospital Clinic de Barcelona y presentado en el 49 Congreso de la Asociación Española para el Estudio del Hígado (AEEH) ha estudiado el consumo de suplementos dietéticos y productos de herboristería potencialmente hepatotóxicos entre pacientes con una hepatopatía de base. Y la conclusión es clara y preocupante: la toma de estos productos es bastante común entre personas con enfermedades del hígado, a pesar de que una proporción significativa de estos productos podrían ser perjudiciales para su salud, algo de lo que los pacientes no son conscientes.

Aunque sobre una muestra no demasiado grande, de 150 pacientes, los resultados de este estudio son muy relevantes porque el consumo de productos de herboristería y suplementos dietéticos (HSD) entre la población general es muy habitual, y sin embargo no hay muchos datos en pacientes que tienen una enfermedad del hígado de

base. Por ello, el objetivo de estudio, de carácter prospectivo y realizado sobre pacientes que acudieron a Consultas Externas de Hepatología del Hospital Clínic de Barcelona durante cinco meses consecutivos, fue determinar entre estos pacientes la frecuencia de consumo, la composición y el motivo por el que toman productos HSD, especialmente aquellos que podrían ser hepatotóxicos.

Se entrevistó a un total de 150 pacientes, 84 hombres (56%) y 66 mujeres (44%). Las hepatopatías de base más frecuentes fueron las debidas a VHB (37%), VHC (36%) e hígado graso (7%). De los 150 pacientes, 118 (79%) tomaban medicación por prescripción médica y únicamente 12 (8%) reconocieron la toma de HSD antes de la entrevista dirigida. Tras un interrogatorio detallado, realizado por una enfermera, 52 (35%) reconocieron la toma de suplementos dietéticos, 68 (45%) de productos de herboristería y 28 (19%) consumían ambos. La mayoría (77%) tomaban los productos HSD de forma diaria y una gran proporción (62%) no conocían su composición. Las principales razones para la toma de suplementos dietéticos fueron como complemento vitamínico (23), caída capilar y uñas (6), musculación (5), “desintoxicación hepática” (3), estrés (2) y síntomas de menopausia (2).

En cuanto a los productos de herboristería la mayoría los consumían porque “les gustan las infusiones” (53), pero también para reducir el colesterol (3), dolores articulares (3), “limpieza de hígado” (3), digestivo (2) y pérdida de peso (2). Los productos HSD más frecuentes fueron: té verde (16), cúrcuma-pimienta negra (11), creatina (4), *Ashwagandha* (2), *Aloe vera* (2), cola de caballo (2), levadura de arroz rojo (2), valeriana (2), clavo (2), castaño de Indias (1), gel de cafeína (1), *Cimicifuga racemosa* (1) y amapola (1).

Entre ellos, un número significativo están clasificados como causa bien conocida (nivel A: *Cimicifuga*, té verde) o muy probable (nivel B: *Aloe vera*, cúrcuma-pimienta negra, amapola) de toxicidad hepática. Otros como *Ashwagandha*, valeriana, gel de cafeína, levadura de arroz rojo, cola de caballo y clavo se han clasificado como causa probable (nivel C) de hepatotoxicidad.

A partir de estos datos, la conclusión de los autores es que “la toma de productos HSD es muy común en los pacientes con una hepatopatía y una proporción significativa de ellos han demostrado ser hepatotóxicos”. Sin embargo, la mayoría de los pacientes desconocen su composición y posible toxicidad y “por ello es indispensable fomentar la educación sanitaria entre los pacientes, especialmente si padecen enfermedades del hígado”, sostienen.

**Para más información:**

**Gabinete de comunicación de Asociación Española para el Estudio del Hígado (AEEH)  
Euromedia Comunicación Grupo  
Manuela Hernández (651 86 72 78) /Celia Ruiz (654 74 64 73)**