

Enfermedad del Hígado Graso No Alcohólico (EHGNA) (NAFLD, por sus siglas en inglés)

¿Qué es el hígado y que hace?

El hígado es un órgano grande ubicado en el lado derecho del abdomen. El hígado tiene varias funciones importantes:

- Ayuda a procesar la comida que comemos.
- Elimina los desechos y las sustancias tóxicas de la sangre.
- Ayuda a producir proteínas y hormonas que el cuerpo necesita para funcionar.

¿Qué es la enfermedad de hígado graso no alcohólico (EHGNA), también llamado "hígado graso"?

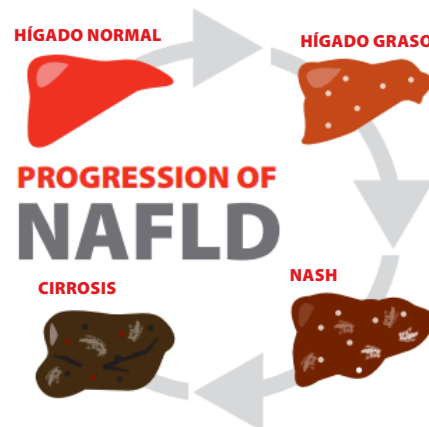
La enfermedad de hígado graso no alcohólico (EHGNA) es un problema causado por la acumulación de grasa en el hígado. Esto puede ocurrir tanto en niños como en adultos que no beben alcohol.

- **Hígado graso:** EHGNA se conoce simplemente como "hígado graso". EHGNA puede ser leve a grave.
- **EHNA:** algunas personas con hígado graso tienen una forma más grave que incluye daño (inflamación) dentro del hígado. Esto se llama esteatohepatitis no alcohólica (EHNA) (NASH, por sus siglas en inglés).
- **Cirrosis:** con el tiempo, EHNA puede hacer que desarrolle tejido cicatricial en el hígado. Finalmente, el tejido cicatricial reemplaza a las células hepáticas sanas y el hígado no puede funcionar. A esto se le llama cirrosis.

¿Qué causa el hígado graso?

El hígado graso es un trastorno muy común que afecta aproximadamente a uno de cada diez niños en los Estados Unidos. La causa más común de acumulación de grasa en el hígado es un aumento excesivo de peso.

Aproximadamente la mitad de los niños con sobrepeso y obesidad pueden tener hígado graso. Los niños que acumulan más grasa abdominal pueden tener un mayor riesgo de tener hígado graso. Otros factores de riesgo para el hígado graso son: tener un familiar con hígado graso, diabetes tipo 2, resistencia a la insulina o síndrome de ovario poliquístico.



[HTTPS://LIVERFOUNDATION.ORG](https://liverfoundation.org)

Mostrado con permiso de la Fundación Estadounidense para el Estudio de las Enfermedades Hepáticas (American Liver Foundation)



¿Cómo se diagnostica la enfermedad de hígado graso?

Se suele sospechar hígado graso en niños con sobrepeso con un índice de masa corporal (IMC) > 85%.

Si su pediatra sospecha que tiene hígado graso, le enviará a hacer un análisis de sangre para verificar la función hepática de su hijo. En un niño con hígado graso, un análisis de sangre con frecuencia muestra niveles elevados de una proteína llamada ALT (alanina aminotransferasa). Este resultado sugiere que hay inflamación en el hígado. A veces, un pediatra también realizará una ecografía abdominal, que puede mostrar si hay demasiada grasa en el hígado.

Otras afecciones como la hepatitis viral, la hepatitis autoinmune y las enfermedades metabólicas también pueden causar acumulación de grasa en el hígado. Su médico realizará los análisis de sangre adecuados para asegurarse de que su hijo no tenga otras enfermedades hepáticas.

Una vez que se confirma el diagnóstico de hígado graso, se pueden usar otras pruebas para medir qué tan grave es. Una resonancia magnética (MRI, por sus siglas en inglés) puede medir cuánta grasa hay en el hígado y puede buscar tejido cicatricial (fibrosis). Una biopsia de hígado también puede ser útil para medir la inflamación y el tejido cicatricial.

¿Cómo se trata el hígado graso?

El primer tratamiento para el hígado graso es intentar cambiar la dieta reduciendo los azúcares añadidos. Esto incluye limitar ciertos alimentos como las bebidas azucaradas, las comidas azucaradas y todos los jugos. La Asociación Americana del Corazón recomienda 25 mg o menos de azúcares agregados al día para los niños, e incluso los niños con hígado graso pueden necesitar menos.

Además de cambiar la dieta, aumentar el ejercicio puede promover la pérdida de peso y reducir el hígado graso. Puede ser útil, aumentar la actividad física diaria, como practicar deportes, ir a un patio de recreo, caminar y otras actividades. Las recomendaciones actuales sugieren de 30 a 60 minutos de actividad por día, y los niños con hígado graso pueden necesitar incluso más tiempo de actividad.

Debido a que el hígado graso no siempre mejora con una mejor dieta y ejercicio, a veces el hígado graso en los niños se trata con medicamentos. En este momento no existe ningún medicamento aprobado para el hígado graso. Actualmente, los estudios de investigación están probando medicamentos para ayudar con el hígado graso, especialmente cuando hay inflamación y tejido cicatricial. Consulte a su médico acerca de los estudios de investigación en su área o visite [Clinicaltrials.gov](https://www.clinicaltrials.gov).

Autores: Dra. Abha Kaistha, Dra. Vania Kasper y Dra. Miriam Vos, febrero de 2020

Editor: Dr. Athos Bousvaros, marzo de 2021



➔ **Localice a un gastroenterólogo pediátrico**

RECORDATORIO IMPORTANTE: Esta información de la Sociedad Norteamericana de Gastroenterología, Hepatología y Nutrición Pediátrica (NASPGHAN) está destinada únicamente a proporcionar información general educativa y no como una base definitiva para el diagnóstico o tratamiento en cualquier caso particular. Es muy importante que consulte a su médico acerca de su condición específica.

714 N Bethlehem Pike, Suite 300, Ambler, PA 19002 **Phone:** 215-641-9800 **Fax:** 215-641-1995 [naspghan.org](https://www.naspghan.org)
Visítenos en **Facebook** en <https://www.facebook.com/NASPGHAN/>, síganos en **Twitter** @NASPGHAN e **Instagram** #NASPGHAN