

El alcoholismo: enemigo que mata.

Dra. Luz Elena Navares Moreno

Me desprecio porque bebo, y por mi tristeza y mi rencor bebo para olvidar

Durante el transcurso de nuestra vida surgen momentos y circunstancias que nos llevan a actuar en formas diferentes para resolver los problemas o inconvenientes. Una de estas maneras es el consumo de alcohol, sobre todo en esta época de tanto correr donde buscamos relajarnos o sentirnos liberados del estrés. Generalmente, comienza en nuestra juventud, con los compañeros de parranda: primero una cervecita, luego dos... seguimos con las caguamas... continuamos con fines de semana, después... entre semana. Y lo que empezó como un juego termina como un vicio que no podemos detener y se manifiesta todos los días y a todas horas. En esta forma, tanto nuestro cuerpo como nuestra mente, necesitan de su presencia. A este nivel, nuestra voluntad esta nulificada. No importa ya nada... ni familia, ni amistades, ni problemas de salud; uno de ellos la cirrosis... que día a día me va consumiendo.

¿Qué es la cirrosis?

Es una enfermedad crónica (de largo tiempo de evolución) que causa daño al tejido del hígado, produce la muerte progresiva de las células normales y son cambiadas por tejido fibroso y regeneración nodular. Esto ocasiona:

- ☼ Que el hígado no realice sus funciones de limpieza del organismo (Insuficiencia hepática).
- ☼ Problemas de sangrado (trastornos en la coagulación de la sangre).
- ☼ La fibrosis que sufre el tejido hepático provoca un aumento en la presión de las venas del abdomen que van desde los intestinos y el bazo hasta el hígado, causando que otras venas como las que rodean el esófago puedan romperse y producir hemorragia digestiva severa. También provoca que se acumule líquido en el abdomen (ascitis).
- ☼ El hígado, al no eliminar los productos tóxicos, permite que se acumulen y causen alteraciones en el cerebro que se manifiestan por somnolencia y desorientación, llamando a este problema encefalopatía hepática.

¿Qué causa la cirrosis?

La mayoría de los casos de cirrosis se deben al alcoholismo, pero existen otras causas como son las infecciones virales (hepatitis viral), obstrucciones en las vías biliares, fibrosis quística y depósitos de hierro y cobre por un incremento en su absorción.

¿Qué síntomas se presentan cuando una persona padece cirrosis?

La mayoría de las veces los pacientes con cirrosis permanecen sin síntomas durante años, por lo que el diagnóstico se retrasa. Algunas manifestaciones pueden ser la falta de apetito, cansancio, pérdida de peso, náuseas y vómitos, que pueden ser de sangre por la presencia de las várices esofágicas. También pueden presentar una coloración amarilla en la piel y en mucosas, llamado ictericia, por el exceso de bilirrubina.

El abdomen se abulta, provocado por la acumulación del líquido dentro de la cavidad abdominal (ascitis), y, en la piel, aparecen las “Arañas vasculares”, vasos sanguíneos rojos que por su forma parecen arañas.

En las mujeres, se pueden presentar alteraciones en la menstruación y, en el hombre, se produce impotencia y desarrollo de mamas.

¿Cómo puedo estar seguro de que presento cirrosis?

Siempre es aconsejable llevar un orden para llegar al diagnóstico. El examen físico es de mucha importancia, ya que, se palpa un hígado duro, en ocasiones aumentado de tamaño (hepatomegalia) y, en otros casos, de tamaño pequeño. Si hay hipertensión portal se encontrará líquido en el abdomen (ascitis) y un bazo crecido.

En la sangre, los glóbulos rojos están disminuidos (anemia), existen alteraciones de la coagulación y disminución de la albúmina (proteína). Pueden elevarse la bilirrubina y las enzimas del hígado (transaminasas) y, cuando existe encefalopatía, se suele demostrar amoníaco en sangre. La cirrosis puede alterar muchas otras pruebas de laboratorio.

Se puede realizar un ecosonograma abdominal o una tomografía, donde se verá un hígado afectado y un bazo grande que suele coexistir.

La biopsia hepática puede ser necesaria para llegar al diagnóstico definitivo de la cirrosis, ya que, demuestra las alteraciones reales, aunque puede resultar muy incómodo.

Si existen varices esofágicas, se visualizarán por medio de la endoscopia.

¿Cuáles son las complicaciones que se pueden presentar?

- Sangrado por varices esofágicas.
- Sangrado a otros niveles por los problemas de coagulación.
- Episodios de ascitis (hinchazón abdominal por acumulación de líquido).
- Confusión mental y coma.
- Muerte. La cirrosis ocupa el sexto lugar de mortalidad en México. (*Fuente: Dirección General de Estadística e Informática. Secretaría de Salud*)

¿Es posible aplicar algún tratamiento cuando la cirrosis ya está establecida?

Lo primero y más importante es dejar de beber alcohol. Así, aunque el hígado no se recupere, sí logramos evitar que se dañe más.

La dieta debe ser sin sal, tener suplementos de vitaminas del grupo B y abundantes proteínas (salvo si existe encefalopatía).

En la presencia de complicaciones severas, como la ascitis, várices esofágicas, tendencia al sangrado y afección cerebral es conveniente dirigirnos al médico especialista de confianza para tratar de solucionar este problema.

El pronóstico

Es mucho mejor cuando se abandona el alcohol completamente, antes de que la enfermedad se haga severa. La cirrosis avanzada tiene mal pronóstico.

