

Doctor Marco Arrese es hepatólogo y académico de la Universidad Católica

## Ojo con este aviso: “Las enfermedades hepáticas son silenciosas”

ARIEL DIÉGUEZ

“Mientras el corazón suena y atrae la partitura de la mandolina, allí adentro tú filtras y repartes, separas y divides, multiplicas y engrasas, subes y recoges los hilos y los gramos de la vida, los últimos licores, las íntimas esencias”.

¿Por qué Pablo Neruda escribió una oda al hígado? El doctor Marco Arrese, hepatólogo y profesor de la Universidad Católica, dice que hay dos teorías: el poeta habría tenido de vecino un doctor que le contó sobre las maravillosas funciones de este órgano o se dio cuenta de que podía desarrollar una enfermedad hepática, quizás por consumo de alcohol, y temió que los efectos que eso produciría en el cerebro afectaran su capacidad poética.

“El hígado es el oráculo de la salud. Es una manera metafórica de referirse a una fuente de sabiduría que proporciona información o consejos sabios para predecir el futuro y, en este caso, para predecir nuestra salud”, explica Arrese. Con un kilo y medio de peso aproximadamente, es la víscera más voluminosa del cuerpo humano y tiene más de mil funciones. Los investigadores pensaban que todo pasaba por él, incluso el alma, hasta que el corazón se transformó en el Superman de la Liga de la Justicia de los Órganos. “El hígado está allí, todavía, trabajando, silencioso, potente, para sostener nuestra salud, porque sin hígado no tenemos vida”,

**Este órgano, sin el cual no podríamos vivir, es -según la charla que dio en el Congreso Futuro- “el oráculo de la salud”.**



CONGRESO FUTURO

Lo más terrible para el hígado, dijo Arrese, es el alcohol y la obesidad.

explica. Su falla puede causar hemorragias, infecciones, insuficiencias renales y, efectivamente, complicaciones cerebrales.

**Doctor, ¿nos preocupamos poco del hígado?**

“Sí. Las enfermedades hepáticas son silenciosas. Entonces alguien puede llegar a desarrollar cirrosis sin darse cuenta. Como existe el concepto de que la cirrosis está fundamentalmente ligada al consumo de alcohol, las personas que no beben pueden decir que están libres, pero no lo están. Se estima que la incidencia de la cirrosis varía entre 0,5 y 1% de la población. Es un fenómeno que además, se piensa, está creciendo, vinculado al hecho de que la obesidad sólo sube, la diabetes sólo sube”.

**¿La cirrosis no alcohólica, es decir la acumulación excesiva de grasa en el hígado sin consumir alcohol, qué síntomas tiene?**

“No da síntomas. La cirrosis en general, como enfermedad, da síntomas cuando está muy avanzada. Cuando el hígado se descompensa, aparecen dolores de guatita, alteraciones mentales. El problema también es que la cirrosis se asocia a un tipo de cáncer que se llama hepatocarcinoma”.

**¿Qué es lo más terrible para el hígado?**

“El alcohol y la obesidad. Sobre todo si están combinadas”.

**La disfunción metabólica, que usted dice que es el problema para absorber y procesar nutrientes, también incide en la acumulación de grasa en**

**el hígado. ¿Cómo puedo descubrirla?**

“Primero tengo que ver cómo es mi peso, si tengo obesidad o no. Segundo, si tengo un peso normal, cómo es la distribución de mi grasa corporal. ¿Tengo más grasa que músculo? ¿Tengo grasa central? Hay personas que son delgadas, pero que tienen pancita. Esas personas tienen disfunción metabólica, porque tienen obesidad visceral, es decir que, teniendo un peso normal, fisiológicamente se comportan como obesos. También las personas que tienen glicemia levemente alta, que es lo que llamamos prediabetes, personas que tienen el colesterol bueno bajo”.

**¿El hígado duele?**

“No. Sólo cuando tiene tumores, hematomas, situaciones muy puntuales. En general no duele. Es silencioso”.