

¿Cirrosis?

La cirrosis es una etapa tardía de la cicatrización (fibrosis) del hígado causada por muchas formas de enfermedades y afecciones hepáticas, como la hepatitis y el alcoholismo crónico.

Cada vez que su hígado se lesiona, ya sea por enfermedad, consumo excesivo de alcohol u otra causa, trata de repararse a sí mismo. En el proceso, se forma tejido cicatricial. A medida que avanza la cirrosis, se forma cada vez más tejido cicatricial, lo que dificulta el funcionamiento del hígado (cirrosis descompensada). La cirrosis avanzada es potencialmente mortal.

El daño hepático causado por la cirrosis generalmente no se puede deshacer. Pero si la cirrosis hepática se diagnostica a tiempo y se trata la causa, se puede limitar el daño adicional y, en raras ocasiones, revertirlo.

www.mayoclinic.org

Si cree que necesita ayuda:

Localizador de Servicios de Tratamiento de Salud Conductual

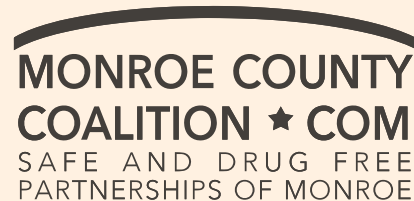
FINDTREATMENT.SAMHSA.GOV

Misión:

Fomentar cambios en la comunidad para reducir el abuso de sustancias y las consecuencias del abuso de sustancias a través de los esfuerzos de colaboración de la comunidad. Apoyar y abogar por una comunidad segura y libre de drogas.

Visión:

Proporcionar un enfoque culturalmente competente, de salud conductual y bienestar para la prevención del abuso de sustancias en el condado de Monroe.



422 Fleming St. Suite 10 Key West, FL 33040

Phone: (305) 849-5929

E-mail: prevspec@aol.com

www.MonroeCountyCoalition.com

Auspiciado por Monroe County Coalition, Inc., Thriving Mind South Florida, y el Departamento de Niños y Familia del Estado de Florida

HABLEMOS SOBRE
Cirrosis

¡Sea Amable con su Hígado

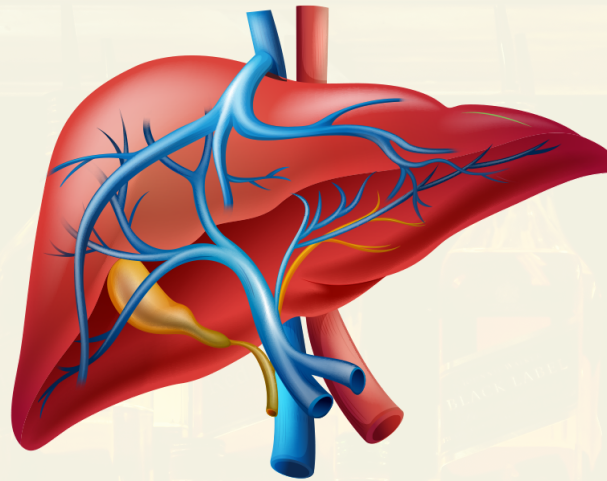
Usted no Puede Vivir sin él!

QUÉ ES Cirrosis?

Beber está asociado con una serie de problemas de salud y puede empeorar ciertos problemas de salud crónicos. La mitad de las muertes por enfermedades hepáticas en los Estados Unidos son causadas por el alcohol, y las enfermedades hepáticas asociadas con el alcohol están aumentando, particularmente entre las mujeres y los jóvenes. Las investigaciones han demostrado una asociación importante entre el consumo de alcohol y el cáncer de mama: por cada 10 gramos de alcohol que se consumen (menos de 1 bebida estándar) en un promedio diario, la probabilidad de que una mujer desarrolle cáncer de mama posmenopáusico aumenta alrededor del 9 por ciento. Las personas que portan ciertas variantes genéticas asociadas con el enrojecimiento relacionado con el alcohol (p. ej., la variante ALDH2-2) tienen un riesgo elevado de cáncer de esófago por el consumo de alcohol. La investigación también ha demostrado que el abuso del alcohol aumenta el riesgo de enfermedad hepática, enfermedades cardiovasculares, depresión y sangrado estomacal, así como cánceres de la cavidad oral, esófago, laringe, faringe, hígado, colon y recto. Las personas que abusan del alcohol también pueden tener problemas para controlar afecciones como la diabetes, la presión arterial alta, el dolor y los trastornos del sueño. Y las personas que abusan del alcohol son más propensas a involucrarse en comportamientos sexuales inseguros, poniéndose a sí mismos y a otros en riesgo de contraer infecciones de transmisión sexual y embarazos no intencionales.

Instituto Nacional sobre el Abuso de Alcohol y Alcoholismo

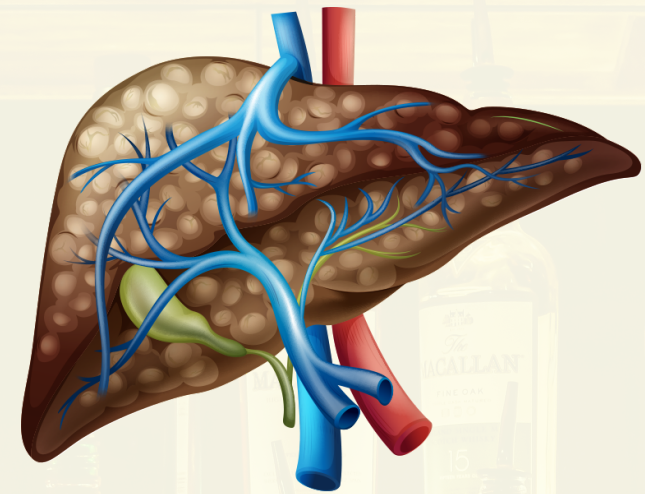
RETHINKINGDRINKING.NIAAA.NIH.GOV



Hígado sano

Reduzca su riesgo de cirrosis siguiendo estos pasos para cuidar de su hígado:

- No beba alcohol si usted tiene cirrosis o una enfermedad hepática.
- Debe evitar el alcohol.
- Coma una dieta saludable. Elija una dieta basada en plantas que esté llena de frutas y verduras. Seleccione granos enteros y fuentes magras de proteína.
- Mantenga un peso saludable. Una cantidad excesiva de grasa corporal puede dañar el hígado.
- Reduzca su riesgo de hepatitis. Compartir agujas y tener relaciones sexuales sin protección puede aumentar el riesgo de hepatitis B y C.



Cirrosis de hígado

Las complicaciones de la cirrosis pueden incluir:

- Presión arterial alta en las venas que irrigan el hígado (hipertensión portal).
- Hinchazón en las piernas y el abdomen.
- Agrandamiento del bazo (esplenomegalia).
- Sangrado.
- Infecciones.
- Desnutrición.
- Acumulación de toxinas en el cerebro (encefalopatía hepática).
- Ictericia.
- Enfermedad ósea.
- Mayor riesgo de cáncer de hígado.
- Cirrosis aguda sobre crónica.