

“El hígado no entiende de cultura, entiende de toxicidad”

Entrevista / Reportaje / Divulgación Sanitaria



María Victoria Aguilera Sancho-Tello, Hepatóloga del Hospital Unviersitari I Politècnic La Fe, Valencia

Por Manuel Nadal
Investigación de Mercados y Divulgación Sanitaria



La Dra. Victoria Aguilera pone el foco en el alcohol: la causa prevenible que más daño hepático provoca

Vocación y realidad clínica

La Dra. Victoria Aguilera Sancho-Tello, hepatóloga en el Hospital Universitari i Politècnic La Fe de Valencia, no llegó a la medicina por casualidad.

“Desde muy pequeña me interesaba el cuidado hacia las personas”.

Su camino hacia la hepatología fue más progresivo que planificado, pero terminó siendo una elección natural.

“Dentro de digestivo me gustaba todo, pero siempre acababan interesándome más los pacientes con patologías hepáticas o acababa estudiando más hepatología”.

Hoy habla de su especialidad con entusiasmo —“es apasionante, ha avanzado muchísimo”—, aunque también con realismo:

“Son pacientes crónicos, complejos, y la sobrecarga asistencial es muy alta”.

Y en esa consulta diaria hay un protagonista que se repite más de lo que debería: el alcohol.

El alcohol: normalizado... pero devastador

En España, beber forma parte de lo cotidiano. Pero el hígado no entiende de cultura, solo de daño acumulado.

“El alcohol es la primera causa de cirrosis y de enfermedad hepática avanzada a nivel mundial”.

Y no se queda ahí.

“También está implicado en cáncer, enfermedades cardiovasculares, accidentes o deterioro neurológico”.

Aun así, seguimos buscando un “equilibrio” que quizá no existe.

“Cada vez sabemos más que no hay un umbral completamente seguro”.

Ni siquiera el famoso “solo el fin de semana” o “vaso de vino en las comidas” es inocuo.

“El consumo en atracón también puede ser igual de perjudicial, aunque luego se esté días sin beber”.

Un proceso silencioso que llega tarde

El problema es que el daño del hígado no avisa.

El hígado empieza acumulando grasa. Después aparece la inflamación, la fibrosis, la cirrosis... y en algunos casos, el cáncer.

“Por otro lado, el hígado es un órgano muy agradecido, puede mejorar mucho si retiramos el alcohol... pero, en ocasiones es ya demasiado tarde”.

Y muchas veces, cuando llegamos a situaciones avanzadas, ya no hay vuelta atrás.

“Es una enfermedad silenciosa y en el caso del alcohol se diagnostica especialmente tarde”.

¿Por qué?

“Porque no preguntamos lo suficiente o el paciente lo minimiza”.

Factores como la obesidad o la diabetes aceleran ese proceso, algo especialmente relevante en población occidental donde estos problemas son cada vez más frecuentes.

Tratamiento: claro... y difícil

Cuando llega el diagnóstico, la solución es tan simple como complicada.

“El único tratamiento eficaz es la abstinencia”.

No hay fármacos que reviertan la enfermedad hepática por alcohol. Pero sí hay margen de mejora si se actúa a tiempo.

“Si el paciente deja de beber, el hígado puede mejorar y el riesgo de complicaciones disminuye muchísimo”.

El reto es que, no siempre depende solo de la voluntad.

“Muchas veces hay una depresión o una situación personal detrás. El alcohol es la consecuencia, no la causa”.

Por eso insiste en un enfoque más amplio, donde intervengan no solo hepatólogos, sino también psiquiatras, psicólogos y trabajadores sociales para tratar también el trastorno por consumo de alcohol.

Cuando la enfermedad avanza

En fases más avanzadas, el seguimiento es estrecho y constante. Y en algunos casos, el trasplante hepático es la única salida.

“El alcohol es la primera causa de trasplante hepático, en torno al 30-40% de los casos”.

Pero no todos los pacientes pueden acceder. Se requiere estabilidad, apoyo social y compromiso real con la abstinencia.

Mientras tanto, en consulta, la doctora ve todas las caras de la enfermedad:

“Hay pacientes que lo asumen y luchan. Otros no pueden, aunque quieran”.

Un mensaje necesario

A pesar de la dureza, hay espacio para la esperanza.

“Cada vez hay más interés, más investigación y un enfoque más integral. Se está avanzando”.

Y sobre todo, una idea que sobrevuela toda la conversación:

“Detectar antes y actuar a tiempo puede cambiar completamente la evolución”.

Beber está normalizado. Tanto que, a veces deja de parecernos un riesgo.

Hasta que un día lo es.