

El hígado

El hígado es el órgano más grande del cuerpo humano y está situado en la parte superior derecha del abdomen, protegido por las costillas. Aunque es importante para todo el mundo mantener un hígado sano, es especialmente importante para las personas con VIH porque el hígado desempeña un papel crucial en el metabolismo de la medicación antirretroviral (ARV) y de otros fármacos. Las infecciones víricas del hígado, como las hepatitis A, B y C pueden no sólo hacerte sentir muy mal, sino también desestabilizar la capacidad del hígado para procesar los medicamentos, del mismo modo que lo hacen las lesiones hepáticas provocadas por el uso de drogas y alcohol.

Las funciones del hígado

El hígado realiza tres funciones: almacena y filtra la sangre, eliminando las sustancias tóxicas derivadas de fármacos, alimentos y desechos corporales; elabora la bilis, que se libera en el intestino para ayudar en la digestión de las grasas; y metaboliza los nutrientes de los alimentos, liberando la energía en el torrente sanguíneo y almacenando vitaminas y minerales.

Posibles problemas

Muchas personas con VIH no presentan problemas hepáticos. Sin embargo, como ocurre con otras personas, el consumo intenso y continuado de alcohol puede provocar lesiones hepáticas. Si no se controla, éstas pueden desembocar en una alteración llamada cirrosis, por la que el hígado presenta cicatrices y lesiones permanentes que pueden tener graves implicaciones en la salud. Las drogas recreativas, como el éxtasis, la heroína y la cocaína, también pueden dañar el hígado si se consumen en exceso.

El término hepatitis significa inflamación del hígado y es relativamente habitual en personas con VIH. Las causas más frecuentes son los virus de la hepatitis A, B y C, que no sólo pueden deteriorar gravemente la salud sino también limitar las opciones de tratamiento del VIH. La hepatitis A se transmite a través de los alimentos o las bebidas infectados, de los excrementos humanos que contengan virus de la hepatitis A. y sexualmente por contacto oro-anal (rimming). La hepatitis B se transmite de madre a hijo, por contacto con sangre infectada o a través del sexo anal, oral o vaginal no protegido. La hepatitis C es un virus presente en la sangre que se transmite a través de productos sanguíneos infectados, compartir agujas y jeringas en el uso de drogas inyectadas, de madre a hijo, y a través de penetración anal o vaginal no protegida, sobre todo cuando se produce sangre. En la actualidad, todos los productos sanguíneos se analizan para detectar la presencia del virus de la hepatitis C.

Algunos fármacos ARV, sobre todo ritonavir y nevirapina, y otros fármacos prescritos habitualmente, pueden provocar la inflamación del hígado. Las dosis muy altas de vitamina A también pueden ocasionar lesiones hepáticas. La afección hepática grave puede aumentar las posibilidades de desarrollar cáncer de hígado, que puede resultar fatal.

Síntomas de enfermedad hepática

Los síntomas típicos de los problemas hepáticos incluyen cansancio intenso, sensación de malestar, pérdida de peso, pérdida del apetito, náuseas y vómitos, fiebre, dolor abdominal, prurito cutáneo, y aumento y reblandecimiento del hígado. También puede aparecer ictericia, que se aprecia fácilmente en el

color amarillo que adopta la piel y las córneas de los ojos, en el oscurecimiento de la orina y en la palidez de las deposiciones.

Pruebas

Generalmente se suele controlar la función hepática en personas que toman antirretrovirales. Se pueden utilizar las muestras de sangre que se extraen en los análisis clínicos habituales para controlar también el hígado. Además, el médico puede realizar un examen físico para comprobar si el hígado está hinchado o reblandecido.

Si las pruebas de la función hepática son persistentemente anómalas constantemente y existen síntomas de enfermedad hepática, se puede realizar una biopsia del hígado, en especial si se sospecha la existencia de hepatitis B o C, o cáncer de hígado. La biopsia consiste en obtener una pequeña muestra de tejido hepático mediante un sencillo procedimiento quirúrgico que normalmente se realiza con anestesia local.

Tratamientos

Los tratamientos para la enfermedad hepática varían en función de la causa, pero generalmente incluyen descanso, evitar el consumo de té, café, alcohol y drogas recreativas, y un cambio en la medicación prescrita. Es posible utilizar interferones alfa para tratar las hepatitis A, B y C, así como algunos fármacos antirretrovirales. La intervención quirúrgica o el trasplante de hígado pueden ser opciones válidas en caso de enfermedad hepática avanzada.

Mantenimiento de un hígado sano

Existen algunas medidas sencillas que, si se siguen, pueden proteger el hígado de posibles lesiones. Al viajar a determinadas zonas, sobre todo a países con escasas medidas higiénicas, es importante tener en cuenta que la hepatitis A se puede transmitir a través de moluscos, ensaladas, vegetales crudos, agua y cubitos de hielo. Conviene informarse en una clínica de tratamiento del VIH sobre las vacunas para la hepatitis A y B, sobre todo si eres una persona sexualmente activa. El uso del preservativo reduce el riesgo de contraer los virus de la hepatitis a través del sexo anal, vaginal u oral. Si se usan drogas inyectables, es necesario asegurarse de no compartir el material de inyección. Es aconsejable además no beber alcohol en exceso y permitir que el cuerpo se recupere si se ha bebido intensamente. De la misma manera, hay que tener en cuenta que el uso de drogas recreativas puede dañar el hígado.