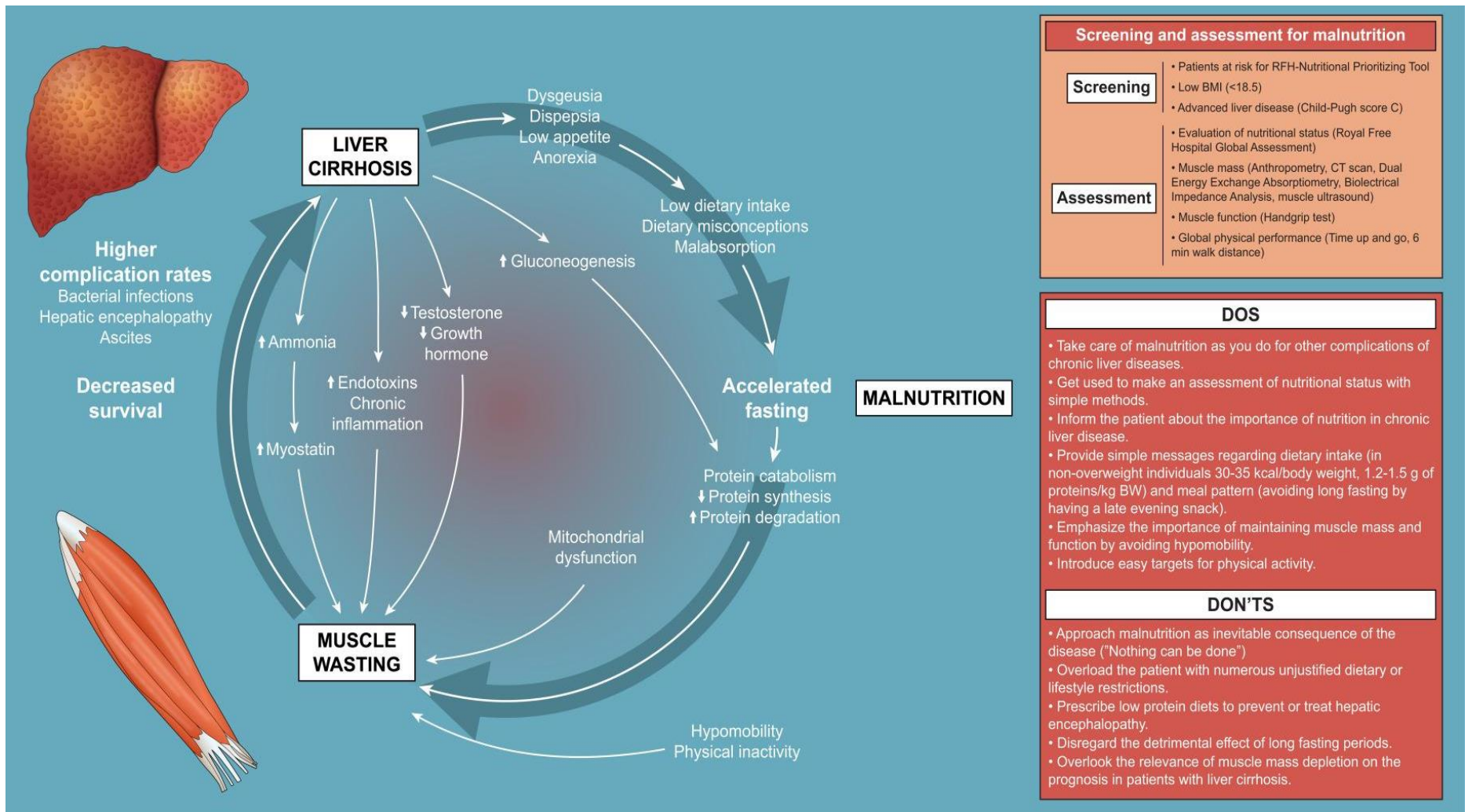


**INFOGRAFÍA 2020:**  
**Nutrición e Hígado: “El resumen de la complejidad”**



## Resumen

El estado nutricional puede verse afectado en pacientes con enfermedad hepática crónica. La desnutrición y la sarcopenia se asocian con una mayor tasa de complicaciones (infecciones, encefalopatía hepática y ascitis) y con una mayor morbi-mortalidad en pacientes en lista espera de trasplante de hígado. Por otro lado, con la creciente prevalencia de la enfermedad del hígado graso no alcohólica, algunos pacientes pueden presentar sobrepeso u obesidad, en quienes además pueden coexistir con malnutrición y/o sarcopenia, contribuyendo esto a empeorar el pronóstico de los pacientes. Múltiples factores contribuyen a este deterioro nutricional: la presencia de anorexia, restricciones alimentarias inadecuadas y/o malabsorción afectan la ingesta alimentaria, observándose frecuentemente en pacientes con cirrosis descompensada. Además, la insuficiencia hepática favorece un estado de "ayuno acelerado" que contribuye aún más al catabolismo muscular. Se han sugerido también otros factores que participan de la depleción muscular como la inflamación crónica, la endotoxemia metabólica, la hiperamonemia crónica, el aumento de la expresión de miostatina, los bajos niveles de testosterona y la disfunción mitocondrial como así también la hipomovilidad y la inactividad física.

Por todo esto, el screening y evaluación nutricional de los pacientes con enfermedad hepática crónica es primordial.

### SCREENING NUTRICIONAL

Se consideran pacientes en riesgo nutricional a los que presentan:

- RFH-Nutritional Prioritizing Tool: Positivo
- IMC <18 kg/m<sup>2</sup>
- Enfermedad hepática avanzada (Child-Pugh C)

\*Comentario del Grupo de Estudio: para pacientes pediátricos: < 2 DS (menor a 2 desvíos estándar)

### EVALUACIÓN NUTRICIONAL

Debe incluir:

- Evaluación del estado nutricional (RFH)
- Masa muscular (antropometría, bioimpedancia, DEXA, tomografía computada)
- Fuerza muscular (dinamometría)
- Test de rendimiento físico (Test: Up and Go, prueba de caminata de 6 minutos)
- Evaluación de la ingesta dietética y actitudes / creencias relacionadas con los alimentos.

LO QUE SÍ SE DEBE HACER	LO QUE NO SE DEBE HACER
<ul style="list-style-type: none"><li>• Considerar a la desnutrición / sarcopenia como una complicación de las enfermedades crónicas del hígado.</li><li>• Realizar la valoración del estado nutricional.</li><li>• Informar al paciente sobre la importancia de la nutrición en las enfermedades del hígado.</li><li>• Proporcionar mensajes sencillos sobre la ingesta dietética (en individuos sin sobrepeso 30-35 kcal / peso corporal, 1,2-1,5 g de proteínas / kg de peso corporal)* y patrón de comidas (evitando ayunos prolongados tomando un refrigerio por la noche)</li><li>• Destacar la importancia de mantener la masa muscular y evitando la hipomovilidad.</li><li>• Sugerir objetivos simples para la actividad física.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Abordar la desnutrición como consecuencia inevitable de la enfermedad ("No se puede hacer nada")</li><li>• Sobrecargar al paciente con numerosas dietas o restricciones.</li><li>• Indicar dietas bajas en proteínas para prevenir o tratar la encefalopatía hepática</li><li>• Omitir el efecto perjudicial de los períodos prolongados de ayuno.</li><li>• Omitir la relevancia del agotamiento de la masa muscular en el pronóstico en pacientes con cirrosis hepática.</li></ul>

\* Utilizar el peso seco en caso de ascitis o edemas.

**Artículo comentado:** Nutrition in cirrhosis: Dos and Don'ts

Merli M. J Hepatol. 2020 Dec;73(6):1563-1565.

Link de libre y gratuito del artículo: [https://www.journal-of-hepatology.eu/article/S0168-8278\(20\)30474-8/fulltext](https://www.journal-of-hepatology.eu/article/S0168-8278(20)30474-8/fulltext)

**Grupo de estudio: HEPATOPATÍAS**

Coordinadora: Lic. Paula Cabrera

Secretaria: Lic. Mariela Fischberg

**Integrantes:** Lic. Constanza Echevarría, Lic. Paola Andrenacci, Lic. Laura Oliva, Lic. Natalia Zavaroni, Lic. Cecilia Cricelli, Lic. Patricia Souza, Dra. Carina Izquierdo, Lic. María Torres, Lic. Andrea Braidot, Lic. Daniela Coronado.

**Mail de contacto:** [gehepatopatias.aanep@gmail.com](mailto:gehepatopatias.aanep@gmail.com)