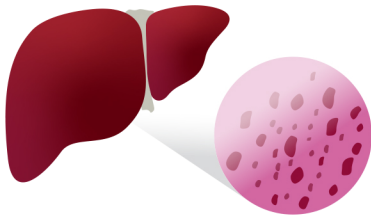


¿QUÉ ES NAFLD?

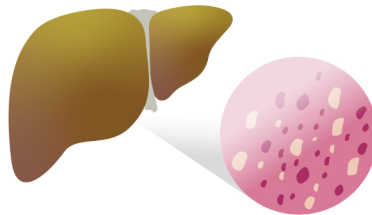
HÍGADO GRASO NO ALCOHÓLICO

NAFLD es el exceso de grasa almacenada en el hígado no causado por el consumo de alcohol¹



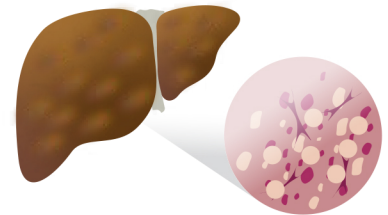
Hígado Sano

Filtra sangre, regula los niveles de azúcar y la coagulación sanguínea, y desempeña cientos de otras funciones vitales²



Hígado graso no alcohólico (NAFLD)

Grasa en el hígado con un poco o nada de inflamación o daño celular. Puede progresar a NASH¹



Esteatohepatitis no alcohólica (NASH)

Grasa en el hígado con inflamación y daño celular, puede resultar en cirrosis o cáncer de hígado¹

NAFLD en los Estados Unidos



1 de 5
personas con NASH progresarán a cirrosis hepática⁴



Se espera que **NASH** sea la principal causa de trasplante de hígado en los EE. UU. entre 2020 y 2025⁵

Factores de riesgo y disparidades

Los factores de riesgo de NAFLD y cáncer de hígado incluyen sobrepeso y obesidad (IMC >25), diabetes o resistencia a la insulina y otros factores metabólicos.^{6,7}

Existen disparidades raciales en muchos aspectos de NAFLD, incluida la prevalencia, la gravedad, la predisposición genética y la posibilidad general de recuperación.⁸

En varios estudios, los hispanos y los asiático americanos tuvieron una mayor prevalencia de NAFLD en comparación con otros grupos étnicos y raciales.⁸

¿Cómo puedo disminuir mi riesgo de desarrollar NAFLD?^{9,10}



Mantenga un peso saludable y haga ejercicio la mayoría de los días de la semana.



Limite el azúcar; elija una dieta basada en frutas, verduras y granos integrales y grasas saludables.



Pregúntele a su médico sobre exámenes para detectar NAFLD y NASH.