vinetur

El consumo intensivo mensual de alcohol se asocia a mayor probabilidad de fibrosis hepática avanzada en mujeres

En la enfermedad hepática ligada al alcohol el umbral observado fue más bajo en mujeres que en hombres

martes 10 de noviembre de 2026

Un estudio publicado este lunes, 9 de noviembre, en la revista Alcohol, Clinical and Experimental Research vincula el consumo intensivo de alcohol al menos una vez al mes con una mayor probabilidad de fibrosis hepática avanzada en mujeres con enfermedad hepática asociada al alcohol con disfunción metabólica, conocida como MetALD, y con enfermedad hepática asociada al alcohol, o ALD. Los autores precisan que se trata de una asociación observada en los datos y que el trabajo no prueba una relación directa de causa y efecto.

La fibrosis hepática avanzada es una cicatrización del hígado que se relaciona con más enfermedad y más riesgo de muerte. Por eso, los investigadores centraron su análisis en identificar a partir de qué frecuencia de episodios de consumo intensivo podía aumentar esa probabilidad y si había diferencias entre mujeres y hombres.

El trabajo revisó datos de la encuesta nacional de salud y nutrición de Estados Unidos, NHANES, entre 1999 y 2018. Según los autores, la base incluía 43.447 adultos. Para el análisis sobre MetALD y ALD se centraron en 4.000 participantes que disponían de mediciones por elastografía transitoria, una prueba que permite estimar la rigidez del hígado y sirve como indicador de fibrosis.

Los investigadores clasificaron la frecuencia del consumo intensivo en tres grupos: ausencia de estos episodios, frecuencia mensual de hasta cuatro veces al mes y frecuencia semanal de más de cuatro veces al mes. Después aplicaron modelos de regresión logística para calcular la relación entre ese patrón de consumo y la fibrosis avanzada por separado en mujeres y hombres.

En las mujeres con MetALD y ALD, el estudio halló una relación dosis-respuesta: a mayor frecuencia de consumo intensivo, mayor probabilidad de fibrosis avanzada. El umbral a partir del cual aparecía ese aumento fue bajo, ya desde una frecuencia mensual. En otras palabras, en este grupo no hizo falta llegar a episodios semanales para observar una asociación con más riesgo.

En los hombres, los resultados fueron distintos. En quienes tenían MetALD, la mayor probabilidad de fibrosis se observó solo con una frecuencia semanal de consumo intensivo. En los hombres con ALD, en cambio, el análisis no encontró una asociación estadísticamente concluyente entre la frecuencia de esos episodios y la fibrosis avanzada.

Los autores definen MetALD a partir de umbrales de consumo de alcohol junto con factores de riesgo metabólico. Esa combinación resulta relevante porque, en la práctica clínica, el daño hepático no depende solo de cuánto se bebe, sino también de otros elementos como la obesidad, la diabetes o alteraciones metabólicas relacionadas. El estudio no entra a medir el peso de cada uno de esos factores por separado en cada paciente, pero sí plantea que su coexistencia puede modificar el riesgo.

El trabajo aporta además un matiz con posible efecto fuera del ámbito clínico. Para el sector de bebidas, desde el vino y la cerveza hasta los destilados, la investigación refuerza la idea de que el patrón de consumo importa tanto como el volumen total cuando se habla de prevención y de mensajes de consumo responsable. Esa lectura aconseja prudencia al comunicar riesgos ligados a episodios repetidos de ingesta intensa, en especial entre mujeres.

Los autores sostienen que estas diferencias entre sexos deberían tenerse en cuenta tanto en la valoración médica como en las medidas de salud pública dirigidas a la enfermedad hepática asociada al alcohol. También plantean que fijar umbrales

distintos para mujeres y hombres puede ayudar a identificar antes a las personas con mayor probabilidad de sufrir fibrosis avanzada.