vinetur

El consumo excesivo de alcohol en un solo día triplica el riesgo de daño hepático en pacientes con MASLD

Los episodios puntuales de ingesta elevada aumentan la fibrosis hepática incluso si el consumo total es moderado

lunes 6 de abril de 2026



Un estudio realizado por Keck Medicine de la Universidad del Sur de California ha analizado el impacto del consumo excesivo de alcohol en episodios puntuales sobre la salud hepática. Los resultados, publicados en la revista Clinical Gastroenterology and Hepatology, muestran que las personas con enfermedad hepática esteatósica asociada

a disfunción metabólica (MASLD, por sus siglas en inglés) tienen un riesgo mucho mayor de desarrollar fibrosis hepática si consumen grandes cantidades de alcohol en un solo día, aunque el resto del tiempo beban con moderación.

El MASLD es la afección hepática más común en Estados Unidos y afecta a uno de cada tres adultos. Esta enfermedad suele aparecer en personas con sobrepeso, obesidad o problemas metabólicos como diabetes tipo 2, hipertensión o colesterol alto. El equipo dirigido por Brian P. Lee, hepatólogo y especialista en trasplantes de hígado, ha utilizado datos de la Encuesta Nacional de Examen de Salud y Nutrición, que recoge información sobre la población estadounidense desde hace años. En total, se analizaron los datos de más de 8.000 adultos recogidos entre 2017 y 2023.

El estudio define el consumo excesivo episódico como la ingesta de cuatro o más bebidas alcohólicas en un solo día para mujeres y cinco o más para hombres, al menos una vez al mes. Según los resultados, quienes practican este patrón tienen tres veces más probabilidades de desarrollar fibrosis hepática avanzada que quienes distribuyen la misma cantidad total de alcohol a lo largo del tiempo.

Los investigadores observaron que los adultos jóvenes y los hombres son quienes más suelen consumir grandes cantidades de alcohol en un solo día. Además, cuanto mayor es el número de bebidas ingeridas en una ocasión, mayor es el riesgo de presentar cicatrices en el hígado. El análisis también muestra que casi el 16% de los pacientes con MASLD incluidos en el estudio eran bebedores compulsivos episódicos.

Para llegar a estas conclusiones, el equipo comparó a personas con MASLD según su edad, sexo y consumo semanal promedio de alcohol. Se clasificó a los participantes como bebedores empedernidos episódicos o no episódicos. Los resultados indican que los primeros tienen casi tres veces más probabilidades de sufrir fibrosis hepática avanzada.

Brian P. Lee explica que ingerir grandes cantidades de alcohol en poco tiempo puede sobrecargar el hígado y aumentar la inflamación, lo que favorece la aparición de cicatrices y daños permanentes. Las personas con MASLD presentan un riesgo especial porque factores como la obesidad o la hipertensión pueden duplicar las posibilidades de padecer enfermedades hepáticas.

El estudio también señala que la incidencia de enfermedades hepáticas relacionadas con el alcohol se ha duplicado en las últimas dos décadas. Lee atribuye este aumento tanto al incremento del consumo durante la pandemia como al mayor número de personas con factores de riesgo como obesidad y diabetes.

Aunque esta investigación se centra en pacientes con MASLD, los autores consideran que sus conclusiones pueden aplicarse a una población más amplia. Más de la mitad de los adultos encuestados reconocieron haber consumido grandes cantidades de alcohol en episodios puntuales al menos una vez al mes. Por ello, los investigadores subrayan la necesidad de prestar más atención a este problema desde el ámbito médico y científico para prevenir y tratar las enfermedades hepáticas asociadas al consumo episódico excesivo de alcohol.