



DANO HEPÁTICO ASOCIADO AO ALCOHOL



Que é o dano hepático asociado ao alcohol?

- É unha enfermidade crónica que afecta ao fígado.
- A causa é o consumo de alcohol.



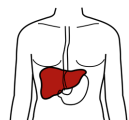
É grave o dano hepático asociado ao alcohol?

- Si, é unha enfermidade que pode ser moi grave e mesmo mortal.



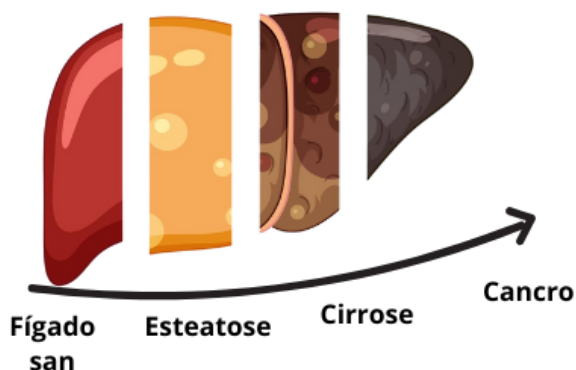
O alcohol é perigoso

- O alcohol é unha droga moi adictiva e tóxica.
- Calquera cantidade de alcohol dana todos os órganos do corpo.
- A única cantidade segura de alcohol é cero.



O alcohol é especialmente perigoso para o fígado

- O alcohol é moi prexudicial para o fígado.
- O dano hepático por alcohol é a causa máis común de transplante de fígado.



Na imaxe explícase como o alcohol dana o fígado co paso do tempo.



Como usar o código QR para ver información de saúde

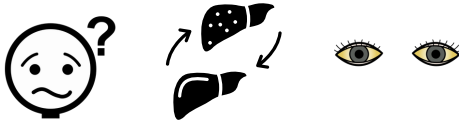
1. Abre a cámara do móbil.
2. Apunta ao código QR (ese cadrado con debuxos).
3. Toca a mensaxe que sae na pantalla.
4. Levarate a unha páxina con información de saúde segura e verificada.





Síntomas e consecuencias de ter dano no fígado por alcohol:

- Dificultades para pensar e lembrar
- Transplante de fígado
- Pel e ollos de cor amarela
- Cancro



Tratamento:

- O mellor tratamento é non consumir alcohol.
- Seguir unha dieta saudable e facer exercicio físico.
- En casos graves pode ser necesario o ingreso hospitalario.
- Se precisas axuda para deixar de beber alcohol, consulta co teu médico.



Comidas e bebidas que non debes tomar se tes dano no fígado por alcohol

Hai alimentos que parecen inofensivos pero que poden conter un pouco de alcohol. Se tes o fígado danado, esa pequena cantidade pode facer moito dano.

Consulta co teu médico se tes dúbidas.

- Non tomar comida cociñada con alcohol.
- Non tomar cervexa sen alcohol (pode conter ata un 0,9 % de alcohol). Si se pode tomar cervexa 0.0.
- Non tomar kombucha.
- Non tomar kéfir.
- Non tomar salsa de soia.
- Non tomar bombóns con licor.
- Non tomar tiramisú se leva licor.
- Non tomar torta de bolacha se leva licor.
- Non tomar esencia de vainilla.
- Non tomar vinagre.



- Información verificada pola Dra. Raquel Souto, especialista en Aparello Dixectivo do Complexo Hospitalario Universitario de Pontevedra.
- Fonte da información: coñecemento dos médicos especialistas do Hospital de Pontevedra. Creouse para o proxecto COMTA, impulsado polo Grupo de Investigación en Hepatoloxía e EII do IIS Galicia Sur e os servizos de Dixectivo e Endocrinoloxía da Área Sanitaria de Pontevedra e O Salnés.
- Autor pictogramas: Sergio Palao. Orixe: [ARASAAC \(http://www.arasaac.org\)](http://www.arasaac.org), Licenza: CC (BY-NC-SA). Propiedade: Goberno de Aragón (España)