

4. ECONOMÍA Y POLÍTICA

HEPATITIS AGUDA GRAVE DE CAUSA DESCONOCIDA: INTERVENCIÓN DESDE LA NUTRICIÓN

Dra. C. Rebeca Monroy Torres

Miembro del Sistema Nacional de Investigadores Nivel 1. Profesora e investigadora de la Universidad de Guanajuato. Directora Fundadora del Observatorio Universitario de Seguridad Alimentaria y Nutricional del Estado de Guanajuato (OUSANEG) y de la Revista de divulgación Científica REDICINySA.

rmonroy79@gmail.com , rmonroy79@ugto.mx

Palabras clave: *Hepatitis aguda grave de causa desconocida, obesidad, infancia, refresco.*

El pasado 15 de abril de 2022 la Organización Mundial de la Salud (OMS) alertó sobre la presencia de casos de una hepatitis aguda grave de causa desconocida, que inició en Reino Unido, aunque posteriormente se han conocido casos cuyos síntomas se observaron en Estados Unidos también. El Comité Nacional para la Vigilancia Epidemiológica (CONAVE), emitió dos avisos el 4 y 19 de mayo y se puede consultar en: https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/723286/AE_Hepatitis_040522.pdf (ver imagen1).

The image shows a document titled "Aviso Epidemiológico" from CONAVE, dated May 4, 2022. The document is in Spanish and discusses a severe acute hepatitis of unknown etiology. It includes a list of government departments on the left (GOBIERNO DE MÉXICO, SALUD, SEDENA, MARINA, SNDIF, INPI, SEVAVE, ISSSTE, IMSS, PEMEX) and a table of countries with reported cases on the right. The table lists countries such as the United Kingdom, Spain, Israel, the United States, Denmark, Iceland, the Netherlands, France, Romania, and Belgium, along with the number of cases reported in each.

País	Casos
Reino Unido	134
España	13
Israel	12
Estados Unidos de América	9
Dinamarca	8
Islandia	5
Países Bajos	4
Italia	4
Noruega	2
Francia	2
Rumania	1
Bélgica	1

Imagen 1: Aviso epidemiológico del 4 de mayo de 2022 por el Comité Nacional para la Vigilancia Epidemiológica (CONAVE)

El 18 de mayo, la Secretaría de Salud en México, a nivel Federal, informó de 21 casos identificados en estudio. Dado que es una hepatitis de origen desconocida, ¿Cómo estar preparados desde la nutrición y no bajar la guardia en la promoción de estilos de vida saludable?

Nos encontramos en el tercer año de que inicio la pandemia por la COVID-19 y con el retorno gradual, hemos avanzado a la aparición de algunas enfermedades emergentes. Enfermedades que estaban controladas e incluso erradicada gracias al gran Sistema de Vacunación en México o por la aplicación de políticas efectivas en la prevención de salud, para garantizar el derecho a la salud. La prevención de enfermedades que implican hábitos de higiene, la educación alimentaria, el cuidado nutricional de la población, por citar algunas, siguen poniéndonos a prueba.

Derivado de esta alerta, los médicos infectólogos y gastroenterólogos pediatras y las respectivas instituciones de salud están derivando el estudio de las causas y, a la par se pide continuar con las recomendaciones basadas en las hepatitis de causas ya conocidas, además de continuar con las medidas de las lecciones que nos ha dejado la pandemia por la COVID-19, como el lavado continuo de manos, seguir con el uso del cubrebocas, evitar hacinamientos, mantener los lugares y espacios ventilados, acudir a atención médica en caso de que se presente síntomas hepatitis (dolor abdominal, diarrea, fatiga, cambio de color en las conjuntivas, etc.). Pero este abordaje y seguimiento médico es importante seguirlo por los expertos ya mencionados. Dado que es de causa desconocida y que al comprender la función del hígado y las medidas que derivadas del conocimiento que se tiene con los otros tipos de hepatitis, como población o como padres de niños y niñas ¿qué podemos hacer desde el cuidado nutricional y de la alimentación?

Primeramente, el término hepatitis hace referencia a una inflamación del hígado, cuyas causas son varias, desde las infecciosas, exposición a tóxicos, alcohol, intoxicación con fármacos (paracetamol), exceso en el consumo de azúcares añadidos en productos ultraprocesados, por causas autoinmunes, etc.; pero las más conocidas son las de origen infeccioso de causa viral, principalmente la hepatitis A, B, C, D y E. De estas, la hepatitis A conocida de origen alimentario, su ruta de transmisión es oral- fecal, que significa que hay un nulo o deficiente lavado de manos por preparadores de alimentos, por el consumo de agua contaminada con materia fecal o por la falta de un acceso a agua potable o apta para consumo humano. También la ruta de transmisión es por contacto persona a persona, a través de heces fecales, orina, sangre de personas; por superficies o material de cocina que no se lava y desinfecta de forma adecuada. Por ello es por lo que las medidas de prevención para este tipo de hepatitis de origen infeccioso han sido el lavado de manos, el lavado y desinfección de frutas y verduras, beber agua potable.

Para prevenir las enfermedades transmitidas por alimentos, de origen infeccioso, es que cualquier persona que prepare alimentos (o en cualquier establecimiento que se preparen alimentos) debe hacerlo en apego a la “Norma Oficial Mexicana NOM-251-SSA1-2009, Prácticas de higiene para el proceso de alimentos, bebidas o suplementos alimenticios”, norma que establece los requisitos mínimos de buenas prácticas de higiene que deben observarse en el proceso de preparación de alimentos, bebidas o suplementos alimenticios y sus materias primas a fin de evitar su contaminación a lo largo de su proceso. Por lo que el campo de aplicación de esta norma es de carácter obligatorio para las personas físicas o morales que se dedican al proceso de alimentos, bebidas o suplementos alimenticios, destinados a los consumidores en territorio nacional. Respecto al agua se tiene la “Norma Oficial Mexicana NOM-127-SSA1-2021, Agua para uso y consumo humano. Límites permisibles de la calidad del agua”. El apego a estas normas garantiza el cumplimiento en la prevención de enfermedades de origen infeccioso, resultando en medidas de bajo costo.

Pero garantizar varios derechos como al agua potable, la nutrición adecuada, alimentos inocuos, acceso a un medio ambiente sano, están siendo utópicos derivado de los impactos ambientales, la sobreexplotación del agua y la falta de acceso a la misma, lo cual es un indicador de vulnerabilidad sanitaria sobre todo en una época donde las altas temperaturas se han hecho presentes y no sólo por los efectos del cambio climático sino a la época estacional, que es cuando se incrementan varias infecciones gastrointestinales (enfermedades diarreicas) como las hepatitis virales.

Otra de las causas de hepatitis es por la obesidad. La obesidad es un problema de salud pública, que es causa de las estadísticas alarmantes de diabetes, hipertensión, dislipidemias, las conocidas enfermedades crónico-degenerativas. La doble carga en México conformada por la obesidad ha generado un aumento de esteatosis hepática de grado no alcohólico; la esteatosis hepática se genera por una acumulación excesiva de grasa en el hígado, se ha encontrado principalmente por un alto consumo de azúcares añadidos en la población mexicana, que deriva de la exposición a alimentos densamente energéticos siendo su principal fuente azúcares, grasas trans, grasas saturadas, además de la exposición a otros ingredientes (aditivos, colorantes, conservadores, etc.) o diversos tóxicos que resultan sumamente dañinos para el hígado.

La promoción de una adecuada alimentación y nutrición, que para el caso de los niños y niñas, además de promover un crecimiento y desarrollo adecuado, preserva y fortalece una respuesta adecuada al sistema inmunológico; se evita una sobrecarga de alimentos o sustancias que generen procesos metabólicos y fisiológicos inflamatorios en diferentes aparatos y sistemas, en especial al hígado (como los ultraprocesados o altos en azúcares añadidos, grasas saturadas, grasas trans, edulcorantes artificiales, colorantes, aditivos, etc.). El hígado es un órgano muy importante por la función metabólica que desempeña y se le conocen más de 500 funciones vitales, por ello la importancia de conocer ¿cómo cuidarlo? No bajemos la guardia y ahora menos que nunca, sigamos con la promoción de

una alimentación saludable, realizar actividad física y acercarnos con profesionales de la nutrición expertos en los temas.

Algunas acciones o recomendaciones ya conocidas para poder seguir son:

- Lavado constante de manos.
- Lavar y desinfectar frutas y verduras.
- Consumir o comprar en locales, restaurantes, fondas, cafeterías, etc., que puedas observar que hay un lavado de manos, que hay jabón o un baño, pero, sobre todo, “agua”. Para ampliar más puedes guiarte de lo que marca la norma oficial mexicana NOM-251-SSA1-2009, disponible en este enlace: <https://www.dof.gob.mx/normasOficiales/3980/salud/salud.htm> .
- Las autoridades deben continuar sus programas de vigilancia e incluso incrementarlas, de forma que se invite a los establecimientos que preparan y venden alimentos a seguir aplicando la norma de buenas prácticas e higiene en la preparación de los alimentos.
- Mantener una alimentación saludable con fruta de temporada, planear una canasta básica o despensa previamente, buscando alimentos frescos y de bajo costo.
- Procurar comer en casa lo más que se pueda o seleccionar establecimientos que den confianza por las medidas ya mencionadas.
- Evita el consumo de refrescos, jugos, bebidas azucaradas. Panes, postres y galletas dulces y que en su mayoría son ricas en grasas saturadas y grasas trans.

El buscar alimentos nutritivos o saludables, no implica optar por alimentos aburridos o monótonos, es cuestión de aprender, planear, administrar tus compras, alimentos, y platillos.

Te dejo este breve ejemplo como reflexión:

Niño de 8 años que en el lunch de la escuela consume una rebanada de pizza (salami, queso y jamón), un refresco, lechuga con crotones y queso tipo mozzarella (cuando dice la leyenda de un queso “Tipo” es porque hace referencia a un queso imitación, es decir no es queso o 100% queso), 3 galletas de chocolate.

En esta descripción, puedes observar que el 100% son alimentos ultraprocesados, con un aporte alto de azúcares añadidos, conservadores, colorantes, sodio, grasas trans, grasas saturadas, con una bajo a nulo consumo de fibra, vitaminas, aminoácidos esenciales, azúcares de fuente natural (fruta, verdura, leguminosa o un lácteo). Este breve ejemplo, suele incluso repetirse en un niño o niña mexicana hasta en tres tiempos de comida, por ende, puedes darte cuenta de que el hígado de nuestra niñez está siempre expuesto a sustancias que generan procesos inflamatorios.

Las enfermedades emergentes a las que nos podemos enfrentar como humanidad, requerirán de medidas desde la salud preventiva y colectiva. Integrar los derechos al agua, a una alimentación saludable, a un medio ambiente sano, sería nuestra vacuna más eficaz, pero si nos distraemos en otras cosas, olvidaremos las medidas básicas, que resultan económicas, sustentables y sostenibles.

Finalmente, estos sucesos me recuerdan a una de sus varias publicaciones del Dr. Charles Jules Henry Nicolle (1866-1936) “*The Destiny of Infection Diseases*” en su traducción “El destino de las enfermedades infecciosas publicado en 1932: Mientras la civilización humana exista y siga en crecimiento, las enfermedades infecciosas también lo harán en cada una de las regiones del planeta. En estos tiempos, no podemos limitarnos en comprender las enfermedades al margen de la nutrición, la salud integral, la cultura y el medio ambiente.

Te invito me sigas en mis redes sociales: Rebeca Monroy Torres, así como al OUSANEG y a la REDICINAYSA.

Nota: Este tema y parte del contenido se publicó también en Zona Franca en el siguiente link: <https://zonafranca.mx/opinion/hepatitis-aguda-grave-de-causa-desconocida-en-la-ninez/>

Referencias:

-OPS. Preguntas y respuestas: hepatitis aguda grave en niños. 2022. Disponible en: <https://www.paho.org/es/noticias/3-5-2022-preguntas-respuestas-hepatitis-aguda-grave-ninos>

-Schultz MG, Morens DM. Charles-Jules-Henri Nicolle. *Emerg Infect Dis*, 2009;15(9):1519-22. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2819868/>

-Monroy-Torres R, Castillo-Chávez Á, Carcaño-Valencia E, Hernández-Luna M, Caldera-Ortega A, Serafín-Muñoz A, Linares-Segovia B, Medina-Jiménez K, Jiménez-Garza O, Méndez-Pérez M, López-Briones S. Food Security, Environmental Health, and the Economy in Mexico: Lessons Learned with the COVID-19. *Sustainability*. 2021; 13(13):7470. Disponible en: <https://www.mdpi.com/2071-1050/13/13/7470#cite>