

# Hipertransaminasemia.

## Definición.

Las transaminasas son enzimas que se encuentran en el hígado y que tienden a aumentar cuando hay alguna enfermedad o patología relacionada con el mismo. En muchas ocasiones aparece una elevación de las mismas de forma casual en pacientes asintomáticos. Las que habitualmente se utilizan en la práctica médica son GOT y GPT.

La GOT se encuentra en el hígado, músculo cardíaco, músculo esquelético, riñones, cerebro, páncreas, pulmones y en algunas células de la sangre.

La GPT se encuentra principalmente en las células hepáticas y se considera más específica de daño hepático.

Su función, cuando están en la cantidad adecuada, es favorecer la producción de los aminoácidos (tanto esenciales como no esenciales) necesarios para la síntesis de proteínas en el hígado.

Tenga en cuenta que el límite superior de la normalidad se incrementa en función de la edad o del sexo e incluso con el peso corporal. Entre el 1-4% de la población asintomática puede presentar elevación sérica de transaminasas y ésta es más frecuente en pacientes diabéticos y con hiperlipemia.

Las transaminasas pueden aumentar en:

- **Enfermedades del hígado y vesícula biliar:** hepatitis, hígado graso, cirrosis, litiasis biliar
- **Consumo de alcohol o drogas**
- **Inflamación del páncreas:** relacionado con consumo de alcohol y/o infecciones víricas.
- **Problemas cardíacos:** insuficiencia cardíaca aguda y tras un infarto de miocardio.
- **Otras posibles causas:** obesidad severa, procesos gripales, traumatismos, quemaduras graves, problemas tiroideos, práctica excesiva de ejercicio físico, hemocromatosis, enfermedad celíaca, consumo de algunos fármacos, etc.

## Síntomas y signos

Habitualmente apenas dan sintomatología específica y se descubren al realizar una analítica rutinaria de sangre. Cuando la elevación está relacionada con un proceso hepático agudo la persona puede sentirse cansada o debilitada y aparecer la sintomatología acompañante al proceso causante.

## ¿Cómo actuar ante este diagnóstico?

Consulte con su médico de Atención Primaria que es quien mejor valorará los resultados del reconocimiento que le hemos practicado y le orientará en el seguimiento y las posteriores acciones a realizar para solucionar este problema.

## Recomendaciones dietéticas.

Evitar el consumo de alcohol, café (alimentos con teína y/o cafeína en general), productos de herboristería, comidas grasas y, en la medida de lo posible, fármacos potencialmente hepatotóxicos.

El control del sobrepeso y la abstinencia ética son las únicas terapias que han demostrado beneficio.