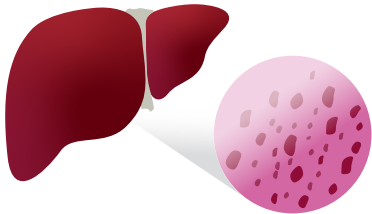


WHAT IS NAFLD?

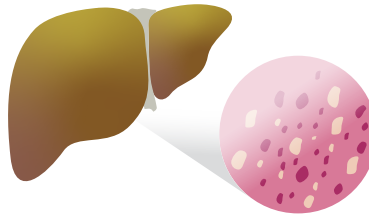
NONALCOHOLIC FATTY LIVER DISEASE

NAFLD is excess fat stored in the liver
not caused by alcohol use¹



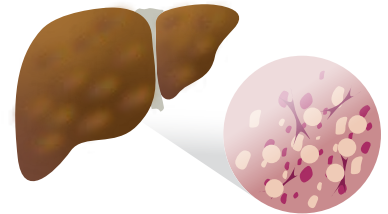
Healthy Liver

Filters blood, regulates sugar levels and blood clotting, and performs hundreds of other vital functions²



Nonalcoholic Fatty Liver (NAFL)

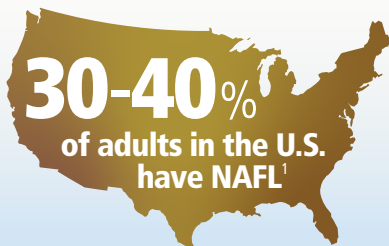
Fat in the liver with little or no inflammation or cell damage, can progress to NASH¹



Nonalcoholic Steatohepatitis (NASH)

Fat in the liver with inflammation and cell damage, can lead to cirrhosis or liver cancer¹

NAFLD in the United States



1 in 5
people with NASH will
progress to liver cirrhosis³



NASH

is expected to be
the leading cause
of liver transplant
in the U.S. between
2020-2025⁴

Risk factors and disparities

Risk factors for NAFLD and liver cancer include overweight and obesity (BMI > 25), diabetes or insulin resistance, and other metabolic factors^{5,6}

Racial disparities exist in many aspects of NAFLD, including prevalence, severity, genetic predisposition, and overall chance of recovery⁷

Hispanics and Asian Americans have higher prevalence of NAFLD compared with other ethnic and racial groups⁷

How can I lower my risk of NAFLD?⁸



Maintain a healthy weight and exercise most days of the week



Limit sugar; choose a plant-based diet rich in fruits, vegetables, whole grains and healthy fats

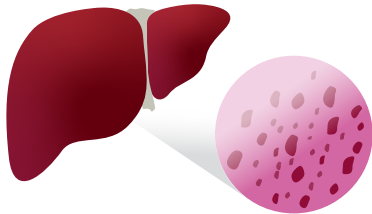


Ask your physician about screening for NAFLD and NASH

¿QUÉ ES NAFLD?

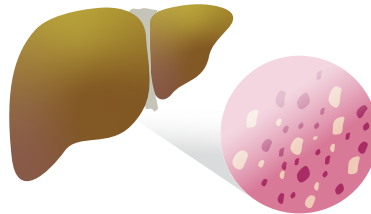
HÍGADO GRASO NO ALCOHÓLICO

NAFLD es el exceso de grasa almacenada en el hígado no causado por el consumo de alcohol



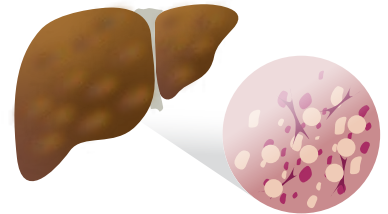
Hígado Sano

Filtra sangre, regula los niveles de azúcar y la coagulación sanguínea, y desempeña cientos de otras funciones vitales²



Hígado graso no alcohólico (NAFLD)

Grasa en el hígado con un poco o nada de inflamación o daño celular. Puede progresar a NASH¹



Esteatohepatitis no alcohólica (NASH)

Grasa en el hígado con inflamación y daño celular, puede resultar en cirrosis o cáncer de hígado¹

NAFLD en los Estados Unidos



1 de 5
personas con NASH
progresarán a
cirrosis hepática⁴



Se espera que **NASH sea la principal causa de trasplante de hígado** en los EE. UU. entre 2020 y 2025⁵

Factores de riesgo y disparidades

Los factores de riesgo de NAFLD y cáncer de hígado incluyen sobrepeso y obesidad (IMC >25), diabetes o resistencia a la insulina y otros factores metabólicos.^{6,7}

Existen disparidades raciales en muchos aspectos de NAFLD, incluida la prevalencia, la gravedad, la predisposición genética y la posibilidad general de recuperación.⁸

En varios estudios, los hispanos y los asiático americanos tuvieron una mayor prevalencia de NAFLD en comparación con otros grupos étnicos y raciales.⁸

¿Cómo puedo disminuir mi riesgo de desarrollar NAFLD?^{9,10}



Mantenga un peso saludable y haga ejercicio la mayoría de los días de la semana.



Limite el azúcar; elija una dieta basada en frutas, verduras y granos integrales y grasas saludables.



Pregúntele a su médico sobre exámenes para detectar NAFLD y NASH.