

Hepatitis A, B y C

La palabra “hepatitis” significa inflamación del hígado. Cualquier persona puede contraer hepatitis. Los tipos más comunes son la hepatitis A, hepatitis B y hepatitis C.

El hígado es un órgano que tiene muchas funciones importantes. Elimina los desperdicios de la sangre, combate las infecciones, ayuda a digerir los alimentos, almacena los nutrientes y las vitaminas y almacena energía.

Hepatitis A

Puede contraer hepatitis A por:

- comer alimentos preparados por una persona infectada que no se lavó las manos después de ir al baño
- beber agua no potable o comer alimentos lavados con agua no potable
- llevarse a la boca un dedo u objeto que entró en contacto con la materia fecal de una persona infectada
- tener relaciones sexuales con una persona infectada

¿Cuáles son los síntomas? Los niños pequeños pueden no tener ninguno. Los adultos a menudo presentan los siguientes síntomas:

- heces de color claro
- orina oscura
- somnolencia
- fiebre
- náuseas
- vómitos
- pérdida del apetito
- ictericia (ojos y piel amarillentos)

La hepatitis A a menudo mejora en unas pocas semanas sin tratamiento. Descanse mucho y no beba alcohol.



Puede evitar contraer hepatitis A si se vacuna contra esta enfermedad. También puede protegerse a usted mismo contra la hepatitis A de las siguientes maneras:

- Lávese siempre las manos con agua tibia y jabón después de usar el baño o cambiar pañales y antes de preparar alimentos o comer.
- Use agua envasada para beber, hacer hielo y lavar frutas y verduras cuando esté en un país en vías de desarrollo.

Para obtener más información, llame a Servicio al Cliente al **(415) 615-4555**.
O visite **www.healthysanfrancisco.org**

Hepatitis B

Puede contraer hepatitis B a través del contacto con la sangre, el semen u otros líquidos corporales de una persona infectada. Puede contraer hepatitis B por:

- nacer de una madre con hepatitis B
- tener relaciones sexuales con una persona infectada
- hacerse tatuajes o perforaciones con herramientas no esterilizadas que se usaron en una persona infectada
- pincharse accidentalmente con una aguja que se usó en una persona infectada
- usar la afeitadora o el cepillo de dientes de una persona infectada
- compartir agujas para drogas con una persona infectada

La hepatitis B generalmente no presenta síntomas. Cuando las personas tienen síntomas, son como los de la hepatitis A, además de los siguientes: una mayor demora para que las hemorragias se detengan, inflamación del estómago o los tobillos, y tendencia a la formación de hematomas.

Algunas personas que contraen hepatitis B descubren que su cuerpo no puede deshacerse de la enfermedad. Esto se denomina hepatitis B “crónica”. Los niños, principalmente los lactantes, son más propensos a contraer hepatitis B crónica, que a menudo no presenta síntomas hasta que aparecen señales de daño hepático. Sin tratamiento, la hepatitis B crónica puede causar problemas hepáticos graves. Sin embargo, la hepatitis B generalmente no se trata a menos que se vuelva crónica.

Puede evitar contraer hepatitis B si se vacuna contra esta enfermedad. También puede evitar contraer hepatitis B de las siguientes maneras:

- Use protección de barrera (como un preservativo) al tener relaciones sexuales.
- No comparta agujas para drogas.
- Use guantes si tiene que tocar la sangre de otra persona.
- No use el cepillo de dientes, la afeitadora o cualquier otro objeto ajeno que pudiera tener sangre.
- Asegúrese de que los tatuajes o las perforaciones que se realice estén hechos con herramientas esterilizadas.

Hepatitis C

Puede contraer hepatitis C de las mismas maneras que la hepatitis B.

No hay vacuna contra la hepatitis C. La mayoría de las personas no presenta síntomas hasta que el virus ya causó daño hepático, lo que puede demorar 10 años o más. Otras personas presentan síntomas como los de la hepatitis A y B. Mientras que algunas personas eliminan el virus del cuerpo en unos pocos meses, la mayoría de las infecciones de hepatitis C se vuelven crónicas. La mayoría de las personas con hepatitis C no desarrollan una enfermedad hepática grave. Algunas personas pueden aprovechar los medicamentos que reducen o detienen el daño hepático. Pregunte al proveedor de salud si usted se podría beneficiar con un tratamiento. Puede protegerse a usted mismo y a los demás contra la hepatitis C con las mismas prácticas que emplea para las hepatitis A y B.

No puede contraer hepatitis por alguien que estornuda o tose sobre usted, ni por sentarse junto a una persona que padece hepatitis, ni por abrazar a una persona infectada.

Adaptado de:

www.digestive.niddk.nih.gov/ddiseases/pubs/hepa_ez/

www.digestive.niddk.nih.gov/ddiseases/pubs/hepb_ez/

www.digestive.niddk.nih.gov/ddiseases/pubs/hepc_ez/

www.ethnomed.org/patient-education/hepatitis/GRID_ABC.pdf