

## ¿Qué es hepatitis A?

Hepatitis A, también llamada hepatitis infecciosa, es una enfermedad contagiosa ocasionada por un virus que hace que se hinche el hígado. Puede tomar de 15 a 50 días el enfermarse después de haber estado expuesto al virus de la hepatitis A. El promedio es alrededor de un mes.

## ¿Cuáles son los síntomas?

Los síntomas dependen de la edad de la persona. Los adultos y adolescentes son las personas más probables de tener los síntomas típicos de fiebre, fatiga, pérdida de apetito, náusea e ictericia. Las señales de ictericia incluyen orín marrón oscuro y excremento (heces) claro. El área blanca de los ojos se pone amarilla, como también podría ponerse la piel de personas de tez clara. Los niños pequeños que tienen hepatitis A por lo general tienen síntomas como los de la gripe, malestar en el estómago, o ningún síntoma. Es bien raro que les dé ictericia. Los síntomas de hepatitis A pueden durar de una a dos semanas. Algunos adultos pueden sentirse enfermos por varios meses, pero es raro que esto ocurra.

## ¿Cómo se propaga?

El virus de la hepatitis A se encuentra usualmente en el excremento (heces) de las personas infectadas. El virus se propaga por lo general cuando las personas no se lavan las manos después de haber usado el inodoro, cambiado un pañal o sábanas sucias, luego se tocan la boca, preparan las comidas para otros, o tocan a otras personas con sus manos contaminadas. Esto propaga la enfermedad de persona a persona. También se puede propagar a través de la comida (tal como mariscos) o agua contaminada.

El momento de mayor riesgo de propagar el virus a otros es durante las dos semanas *antes* de que los síntomas empiecen. La mayoría de las personas dejan de ser contagiosas después de haber tenido los síntomas por una semana. A diferencia de otros virus de hepatitis, la hepatitis A usualmente no se propaga por medio de la sangre.

## ¿Quién puede contraer la hepatitis A?

Cualquier persona puede contraerla. Las personas que viven o tienen relaciones sexuales con personas que tienen la enfermedad están en un riesgo mayor de contagiarse. La hepatitis A se propaga entre los niños pequeños en los centros de cuidado de niños porque muchos están en pañales y todavía no se pueden lavar las manos. La mayoría de las veces nadie sabe que ellos tienen la enfermedad porque no tienen síntomas. La enfermedad se propaga menos entre niños que están en edad escolar porque éstos sí demuestran síntomas, además la mayoría ha aprendido a lavarse las manos antes de comer y después de usar el inodoro.

## ¿Cómo se diagnostica?

En una prueba de sangre se mira para ver si hay anticuerpos que combaten el virus. Esta prueba de sangre puede diferenciar entre una infección actual y una anterior. También hay pruebas de sangre para medir cuanto daño ha tenido el hígado, pero éstas no indican que causó el daño.

## ¿Cuál es el tratamiento para la hepatitis A?

No hay cura para esta enfermedad y la mayoría de las personas no necesitan una. Problemas tales como los de la retención de líquido y anormalidades en la sangre son raras, pero éstas pueden ser tratadas.

## ¿Cómo puede prevenir la hepatitis A?

### ▣ Lávese las manos.

Al lavarse bien las manos, se estará protegiendo contra la hepatitis A y muchas otras enfermedades. Siempre lávese las manos bien con agua y jabón antes de tocar la comida o comer y después de usar el inodoro o de cambiar un pañal.

## ▪ **Cocine los mariscos.**

No coma mariscos crudos o a medio cocinar. Cuando se cocinan completamente ésto destruirá el virus de la hepatitis A.

## ▪ **Deberá vacunarse contra la hepatitis A si:**

- Tiene planeado viajar o trabajar en un país con una incidencia alta de hepatitis A (Méjico; todos los países de Centroamérica y Suramérica; los países Africanos, del Caribe y Asiáticos exceptuando al Japon; y los países de Europa del Sur y del Este).
- Vive en una comunidad con una incidencia alta de hepatitis A (Reservaciones de Nativos Americanos, Villas de Nativos de Alaska, Villas de las Islas del Pacífico, y algunas comunidades Hispanas y religiosas).
- Tiene una enfermedad crónica del hígado.
- Tiene un problema de sangramiento y está recibiendo un factor de coagulación.
- Usa cualquier tipo de drogas ilegales.
- Es un hombre que tiene relaciones sexuales con otros hombres.

## ▪ **Deberá recibir immune globulin (IG) inmunoglobulina si:**

- No se ha vacunado y ha estado expuesto a la hepatitis A. La IG funciona mejor si la recibe en un período de dos semanas después de haber estado expuesto.
- Es alérgico a la vacuna y decidió no recibirla y va a viajar a un área donde hay incidentes altos de hepatitis A.

## ▪ **Sus niños deberán recibir immune globulin (IG)inmunoglobulina si:**

- Son menores de dos años y van a viajar o vivir con usted en un área con alta incidencia de hepatitis A. Ellos necesitarán IG, porque la vacuna no se le puede poner a niños menores de dos años edad.

## ¿La IG me hará inmune a la hepatitis A?

No. La IG sólo protege parcialmente de 3 a 5 meses contra el virus de la hepatitis A. Usted todavía puede contraer la enfermedad y contagiar a otros, pero la IG puede hacer que los síntomas sean más leves. Si cree que existe riesgo de exponerse de nuevo, debe hablar con su médico acerca de recibir la vacuna para la hepatitis A, la cual lo/la puede proteger por muchos años.

## ¿Hay algunas regulaciones de salud para las personas con hepatitis A?

Sí. Como la hepatitis A se puede propagar fácilmente a otras personas, la ley requiere que los médicos reporten los casos de hepatitis A al departamento de salubridad local. Para proteger al público, las personas que tienen hepatitis A y que trabajan en sitios donde están en contacto con comida (alimentos), no podrán trabajar hasta que la fiebre haya desaparecido completamente y haya pasado una semana desde que los síntomas empezaron. Los compañeros de trabajo podrían necesitar la IG. Los lugares relacionados con comidas incluyen restaurantes, tiendas de sandwiches (emparedados), cocinas en hospitales, fábricas para el tratamiento de alimentos o productos lácteos y cualquier otro establecimiento donde los trabajadores estén en contacto con alimentos o bebidas, proporcionen higiene dental (tal como lavándole los dientes a las personas), o den medicinas.

## ¿Dónde se puede obtener más información?

- A través de su médico, enfermera o centro de salud
- Su consejo local de la salud (listado en la guía telefónica bajo la sección de gobierno)