

Lo que usted debe saber sobre

la hepatitis A

(What you need to know about hepatitis A)



National Institute of
Diabetes and Digestive
and Kidney Diseases

National Digestive Diseases
Information Clearinghouse

Lo que usted debe saber sobre la hepatitis A

(What you need to know about hepatitis A)

Índice

¿Qué es la hepatitis A?	1
¿Qué es el hígado?	1
¿Quién contrae hepatitis A?	2
¿Cómo puedo contraer hepatitis A?	3
¿Cuáles son los síntomas de la hepatitis A?	4
¿Cómo se diagnostica la hepatitis A?	5
¿Cómo se trata la hepatitis A?	6
¿Cómo puedo evitar contraer hepatitis A?	7
¿Qué debo hacer si pienso que he estado en contacto con el virus de la hepatitis A?	9
Alimentación, dieta y nutrición	9
Puntos para recordar	10
Esperanza a través de la investigación	11
Cómo obtener más información	12
Agradecimientos	14

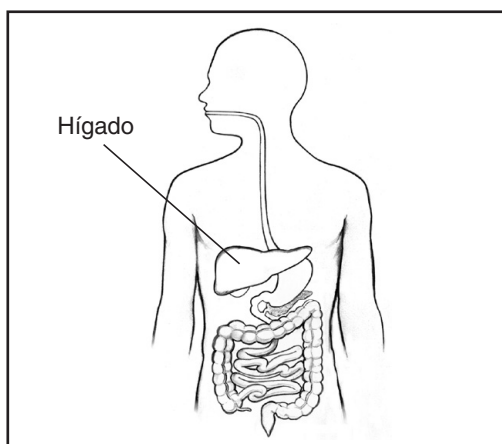
¿Qué es la hepatitis A?

La hepatitis A es un virus, o una infección, que provoca enfermedad e inflamación hepáticas (del hígado). Los virus pueden provocar enfermedades. Por ejemplo, la gripe es provocada por un virus. Es posible que las personas se contagien los virus de una a otra.

La inflamación es una hinchazón que se produce cuando los tejidos del cuerpo se lesionan o se infectan. Es posible que la inflamación provoque que los órganos no funcionen de manera correcta.

¿Qué es el hígado?

El hígado es un órgano que realiza muchas cosas importantes. No es posible vivir sin el hígado.



La hepatitis A es un virus, o una infección, que provoca enfermedad e inflamación hepáticas.

El hígado

- elimina las sustancias químicas nocivas de la sangre
- lucha contra infecciones
- ayuda a digerir los alimentos
- almacena nutrientes y vitaminas
- almacena energía

¿Quién contrae hepatitis A?

Cualquier persona puede contagiarse de hepatitis A, pero las personas más propensas son aquellas que

- viajan a los países en desarrollo
- viven con alguien que actualmente tiene una infección de hepatitis A activa
- utilizan drogas ilícitas, incluidas las drogas no inyectables
- tienen relaciones sexuales sin protección con una persona infectada
- cuidan niños

También hay más probabilidades de que los hombres que tienen relaciones sexuales con hombres contraigan hepatitis A.

¿Cómo puedo contraer hepatitis A?

Una persona podría contraer hepatitis A a través del contacto con la materia fecal de una persona infectada. Este contacto podría producirse si

- come comidas hechas por una persona infectada que no se lavó las manos luego de usar el baño
- toma agua no potable o come alimentos que se lavaron con agua no potable
- se toca la boca con el dedo o con un objeto que estuvo en contacto con la materia fecal de una persona infectada
- tiene contacto físico directo con una persona infectada, ya sea mediante relaciones sexuales o si cuida a alguien que está enfermo

No se puede contraer hepatitis A si

- una persona infectada tose o estornuda cerca suyo
- se sienta al lado de una persona infectada
- abraza a una persona infectada

Un bebé no puede contagiarse de hepatitis A a través de la leche materna.

¿Cuáles son los síntomas de la hepatitis A?

La mayoría de las personas no presentan síntomas de hepatitis A. Si hubiese algún síntoma, estos incluirían

- sensación de cansancio
- dolor muscular
- malestar estomacal
- fiebre
- pérdida del apetito
- dolor estomacal
- diarrea
- orina de color amarillo oscuro
- heces de color claro
- ojos y piel amarillentos, llamados ictericia

Los síntomas de la hepatitis A pueden producirse entre 2 y 7 semanas luego de entrar en contacto con el virus. Es posible que los niños menores de 6 años no presenten síntomas. Los adultos y niños mayores a menudo tienen síntomas leves parecidos a los de la gripe. Consulte con un médico de inmediato si usted o un niño bajo su cuidado tiene síntomas de hepatitis A.

¿Cómo se diagnostica la hepatitis A?

Un análisis de sangre mostrará si una persona tiene hepatitis A. Los análisis de sangre se realizan en un consultorio médico o en un centro ambulatorio. Se toma una muestra de sangre utilizando una aguja que se inserta en una vena del brazo o de la mano. La muestra de sangre se envía a un laboratorio para la detección de hepatitis A.



Un análisis de sangre mostrará si tiene hepatitis A.

¿Cómo se trata la hepatitis A?

La hepatitis A generalmente mejora en unas semanas sin tratamiento. Sin embargo, algunas personas pueden tener síntomas durante un máximo de 6 meses. Su médico puede sugerir medicamentos para ayudar a aliviar los síntomas. Hable con su médico antes de tomar medicamentos recetados y de venta libre.

Consulte con su médico regularmente para asegurarse de que su cuerpo se recuperó por completo. Si los síntomas persisten luego de los 6 meses, entonces debe visitar a su médico nuevamente.

Cuando se recupere, su cuerpo habrá aprendido a combatir una futura infección de hepatitis A. Sin embargo, puede contraer otros tipos de hepatitis.



La hepatitis A generalmente mejora en unas semanas sin tratamiento.

¿Cómo puedo evitar contraer hepatitis A?

Usted puede evitar contraer hepatitis A recibiendo la vacuna contra la hepatitis A.

Las vacunas son medicamentos que impiden que se enferme. Las vacunas le enseñan al cuerpo a atacar virus e infecciones específicos. La vacuna contra la hepatitis A le enseña al cuerpo a atacar el virus de la hepatitis A.

La vacuna de la hepatitis A se administra en dos dosis inyectables. La segunda inyección se coloca entre 6 y 12 meses luego de la primera inyección. Debe colocarse las dos inyecciones de la vacuna de la hepatitis A para estar completamente protegido.

Se debe vacunar a todos los niños entre los 12 y 23 meses de edad. Consulte con el médico de su hijo sobre la vacuna de la hepatitis A.

Los adultos que tengan un riesgo mayor de contraer hepatitis A y aquellas personas que tengan enfermedad hepática crónica también deben vacunarse.

Si viaja a países donde la hepatitis A es común, incluido México, trate de colocarse las dos inyecciones antes de viajar. Si no tiene tiempo de colocarse las dos inyecciones antes de viajar, colóquese la primera inyección lo antes posible. La mayoría de las personas están un poco protegidas dentro de las 2 semanas posteriores a la primera inyección.

También puede protegerse a usted mismo y a otras personas de la hepatitis A si

- se lava siempre las manos con agua tibia y jabón luego de usar el baño o cambiar pañales y antes de preparar la comida o comer
- utiliza agua en botella para beber, hacer hielo y lavar las frutas y verduras cuando se encuentre en un país en desarrollo
- le comunica a su médico y a su dentista si tiene hepatitis A



Lávese siempre las manos con agua tibia y jabón luego de usar el baño o cambiar pañales y antes de preparar la comida o comer.

¿Qué debo hacer si pienso que he estado en contacto con el virus de la hepatitis A?

Consulte a su médico de inmediato si piensa que ha estado en contacto con el virus de la hepatitis A. Es posible que una dosis de la vacuna contra la hepatitis A tomado con un medicamento llamado inmunoglobulina contra la hepatitis A le proteja de enfermarse si la toma poco después de haber estado en contacto con el virus de la hepatitis A.

Alimentación, dieta y nutrición

Si tiene hepatitis A, debe tomar medidas para cuidarse, lo que incluye alimentarse con una dieta saludable. Evite tomar alcohol, que puede dañar el hígado. Comuníquese con su médico antes de tomar vitaminas y otros suplementos.

Puntos para recordar

- La hepatitis A es un virus, o una infección, que provoca enfermedad e inflamación hepáticas.
- Cualquier persona puede contraer hepatitis A, pero algunas personas son más propensas que otras.
- Una persona podría contraer hepatitis A a través del contacto con la materia fecal de una persona infectada.
- La mayoría de las personas no presentan síntomas de hepatitis A.
- Es posible que los niños menores a 6 años no presenten síntomas de hepatitis A.
- La hepatitis A puede causar síntomas leves parecidos a los de la gripe en los adultos y niños mayores.
- Consulte con un médico de inmediato si usted o un niño bajo su cuidado tiene síntomas de hepatitis A.
- Un análisis de sangre mostrará si tiene hepatitis A.
- La hepatitis A generalmente mejora en unas semanas sin tratamiento.
- Usted puede evitar contraer hepatitis A recibiendo la vacuna contra la hepatitis A.

- Comuníquese a su médico y a su dentista si tiene hepatitis A.
- Consulte a su médico de inmediato si piensa que ha estado en contacto con el virus de la hepatitis A.

Esperanza a través de la investigación

El Instituto Nacional de la Diabetes y las Enfermedades Digestivas y Renales (National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases, NIDDK) apoya la investigación básica y clínica de diversos trastornos digestivos, incluida la hepatitis A. Los investigadores están estudiando nuevas formas de prevenir la hepatitis A.

Los ensayos clínicos son estudios de investigación en los que participan personas. Los ensayos clínicos buscan maneras nuevas, seguras y eficaces de prevenir, detectar o tratar enfermedades. Los investigadores también usan los ensayos clínicos para estudiar otros aspectos de la atención clínica, como la manera de mejorar la calidad de vida de las personas con enfermedades crónicas. Si desea aprender más sobre los ensayos clínicos, por qué son importantes y cómo participar en ellos, visite el sitio llamado NIH Clinical Research Trials and You en www.nih.gov/health/clinicaltrials. Si desea información sobre los estudios actuales, visite www.ClinicalTrials.gov.

Cómo obtener más información

Nota: Algunas de las opciones para comunicarse con las siguientes organizaciones están disponibles solamente en inglés.

American Liver Foundation

39 Broadway, Suite 2700

New York, NY 10006

Teléfono: 1-800-GO-LIVER (1-800-465-4837)
ó 212-668-1000

Fax: 212-483-8179

Internet: www.liverfoundation.org

Hepatitis Foundation International

504 Blick Drive

Silver Spring, MD 20904

Teléfono: 1-800-891-0707 ó 301-879-6891

Fax: 301-879-6890

Email: info@hepatitisfoundation.org

Internet: www.hepfi.org

National Center for HIV/AIDS, Viral Hepatitis, STD, and TB Prevention

Centers for Disease Control and Prevention

1600 Clifton Road

Atlanta, GA 30333

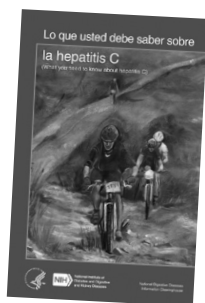
Teléfono: 1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636)

TTY: 1-888-232-6348

Internet: www.cdc.gov/nchhstp

El Centro Coordinador Nacional de Información sobre las Enfermedades Digestivas (National Digestive Diseases Information Clearinghouse, NDDIC) también tiene cuadernillos acerca de la hepatitis B y la hepatitis C:

- *Lo que usted debe saber sobre la hepatitis B*
- *Lo que usted debe saber sobre la hepatitis C*



Puede obtener un ejemplar gratuito de cada uno de estos libritos si llama al 1–800–891–5389, visitando el sitio web en www.catalog.niddk.nih.gov o escribiendo a

NDDIC

2 Information Way
Bethesda, MD 20892–3570

También contamos con información sobre la hepatitis para los profesionales de la salud.

Agradecimientos

Las publicaciones producidas por el Centro Coordinador son revisadas cuidadosamente por los científicos del NIDDK y por expertos fuera de la organización. Las personas presentadas en esta lista proporcionaron asesoramiento editorial o facilitaron la realización de pruebas de campo para la versión original de esta publicación. El NDDIC quisiera agradecer a estas personas por su contribución.

Bruce Bacon, M.D.
American Liver Foundation
New York, NY

Theo Heller, M.D.
NIDDK, National Institutes of Health
Bethesda, MD

Luby Garza-Abijaoude, M.S., R.D., L.D.
Texas Department of Health
Austin, TX

Thelma Thiel, R.N.
Hepatitis Foundation International
Cedar Grove, NJ

National Digestive Diseases Information Clearinghouse

2 Information Way
Bethesda, MD 20892-3570
Teléfono: 1-800-891-5389
TTY: 1-866-569-1162
Fax: 703-738-4929
Correo electrónico: nddic@info.niddk.nih.gov
Internet: www.digestive.niddk.nih.gov

El National Digestive Diseases Information Clearinghouse (NDDIC) es el Centro Coordinador Nacional de Información sobre las Enfermedades Digestivas, un servicio del National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases (NIDDK). Este Instituto forma parte de los National Institutes of Health, que a su vez dependen del Department of Health and Human Services de los Estados Unidos. Fundado en 1980, el NDDIC proporciona información sobre las enfermedades digestivas a las personas con trastornos digestivos y a sus familiares, así como a los profesionales de la salud y al público en general. El NDDIC responde a preguntas, produce y distribuye publicaciones y colabora estrechamente con organizaciones profesionales, gubernamentales y de pacientes para coordinar los recursos sobre las enfermedades digestivas.

Esta publicación no tiene derechos de autor. El NDDIC otorga su permiso a los usuarios de esta publicación para que pueda ser reproducida y distribuida en cantidades ilimitadas.

Esta publicación se encuentra en www.digestive.niddk.nih.gov/spanish/index_sp.aspx.

Esta publicación podría contener información sobre medicamentos y las afecciones que estos tratan cuando se toman según las indicaciones. Durante la preparación de esta publicación, se incluyó la información más actualizada disponible. Para recibir información al día, o si tiene preguntas sobre cualquier medicamento, comuníquese con la U.S. Food and Drug Administration (FDA). Llame gratis al 1-888-463-6332 (1-888-INFO-FDA), o visite su sitio web en www.fda.gov (en español: www.fda.gov/AboutFDA/EnEspanol). Consulte a su proveedor de atención médica para obtener más información.



National Institute of
Diabetes and Digestive
and Kidney Diseases

NIH Publication No. 13-4244S
Agosto 2013



El NIDDK imprime en papel reciclado con tinta de base biológica.