

Hepatitis A

¿Qué es la Hepatitis A?

La hepatitis A es una enfermedad del hígado grave y contagiosa causada por un virus. La gravedad puede variar desde una enfermedad leve con duración de unas pocas semanas, a una enfermedad grave con duración de varios meses. La infección crónica por la hepatitis A no ocurre como puede ocurrir con otros tipos de hepatitis.

¿Cómo se transmite?

Por lo general, las personas enferman de hepatitis A al introducir algo en su boca que haya tocado las heces (excremento) de una persona infectada a través de alimentos, bebidas, objetos contaminados, o por contacto sexual. También puede transmitirse por el consumo de mariscos (ostras, almejas, moluscos, etc.) crudos o parcialmente cocidos, beber agua contaminada, o a través del uso de drogas ilegales (sean las drogas inyectadas o no).

¿Cuáles son los síntomas?

Los síntomas de las infecciones de hepatitis A, por lo general, aparecen de 2 a 6 semanas después de entrar en contacto con el virus y pueden incluir:

- Dolor abdominal
- Náusea, vómito, diarrea
- Cansancio
- Orina oscura
- Fiebre
- Pérdida de apetito
- Heces fecales claras o grises
- Ictericia (coloración amarillenta de la piel u ojos)

Las personas infectadas se consideran lo más contagiosas alrededor de 2 semanas antes de que los síntomas aparezcan y hasta por una semana después de la aparición de la ictericia. Los niños pequeños rara vez muestran síntomas graves, más aun así pueden transmitir el virus.

¡Las personas con esta infección NO deben trabajar en el manejo de alimentos, cuidado de pacientes, o en guarderías infantiles hasta que los síntomas hayan desaparecido! ¡Niños con esta infección NO deben asistir a guarderías infantiles hasta que los síntomas hayan desaparecido!

¿Cuál es el tratamiento?

No existe un tratamiento específico para la hepatitis A. Por lo general, se recomienda mantener una buena alimentación, reposo, beber líquidos abundantes, evitar el consumo de alcohol y medicamentos que afectan el hígado, como el acetaminofén, y acudir al médico con regularidad. Las personas, por lo general, se sienten enfermas por varios meses. Una vez que una persona se recupera de la infección, no podrá infectarse otra vez con la hepatitis A.

¿Cómo se previene?

La mejor manera de prevenir la hepatitis A es vacunándose con una serie de 2 dosis con 6 meses de diferencia.

Personas sin hogar o sin alojamiento estable, o quienes utilizan drogas, corren un mayor riesgo de contraer esta infección y deben vacunarse. Otros medios de prevención incluyen:

- Lavarse bien las manos con agua y jabón, especialmente antes de comer o preparar alimentos y bebidas, y después de ir al baño o cambiar pañales.
- Evitando el consumo de mariscos crudos o parcialmente cocidos.
- Solo beba agua sana y purificada. No trague agua en piscinas, lago, ríos, etc.
- No nade con diarrea.
- Sigue las normas de manejo de alimentos: lave todas las frutas y verduras, cocine bien la carne, y separe la carne cruda y el jugo de la carne cruda de otros alimentos.
- Tenga cuidado cuando viaja a países en vía de desarrollo: "¡Hiérvalo, cocínelo, pélelo, u olvídelo!"
- Para prevenir esta enfermedad, un médico le debe dar una inyección a los contactos domésticos de una persona infectada dentro de dos semanas, si ellos nunca hayan vacunada contra la hepatitis A o nunca hayan estado infectados anteriormente.