



# hepatitisA

## hepatitisA

- Los signos y síntomas, generalmente aparecen después de haber tenido el virus durante algunas semanas. Sin embargo, no todas las personas con hepatitis A los manifiestan. Los signos y síntomas, si los presentas, pueden comprender los siguientes:
  - Fatiga.
  - Náuseas y vómitos repentinos.
  - Dolor o malestar abdominal, especialmente en la parte superior derecha debajo de las costillas inferiores (en la zona del hígado).
  - Evacuaciones intestinales de color arcilla.
  - Pérdida de apetito.
  - Poca fiebre.
  - Orina de color oscuro.
  - Dolor articular.
  - Color amarillento en la piel y en la parte blanca de los ojos (ictericia).
  - Picazón intensa.
- Estos síntomas pueden ser relativamente leves y desaparecer en pocas semanas. Sin embargo, a veces, la infección por hepatitis A ocasiona una enfermedad grave que dura varios meses.
- Recibir una vacuna contra esta enfermedad o una inyección de inmunoglobulina (un anticuerpo) en un plazo de dos semanas desde la exposición puede protegerte de la infección. Pregunta a tu médico/a sobre la aplicación de la vacuna en los siguientes casos:
  - Viajaste fuera del país recientemente, en especial, a América del Sur o Central, o estuviste en zonas con higiene deficiente.
  - Comiste recientemente en un restaurante que informa un brote de hepatitis A.
  - Alguien cercano a ti, como un compañero o compañera de habitación recibe un diagnóstico de hepatitis A.
  - Tuviste relaciones sexuales recientemente con alguien que tiene la enfermedad.

Es una infección del hígado sumamente contagiosa causada por el virus de la hepatitis A. Es uno de varios tipos de virus de hepatitis que causa inflamación y afecta al funcionamiento del hígado.

## causas y factores de riesgo

- El virus normalmente se propaga mediante la ingesta de comidas o bebidas contaminadas con materia fecal, incluso en cantidades muy pequeñas. No se transmite al estornudar ni al toser.
- A continuación, te indicamos algunas de las maneras específicas en que puede propagarse el virus:
  - Comer alimentos manipulados por alguien con el virus que no se lavó bien las manos después de ir al baño.
  - Beber agua contaminada.
  - Comer mariscos crudos provenientes de aguas residuales contaminadas.
  - Estar en contacto cercano con una persona infectada, incluso si esa persona no manifiesta signos ni síntomas.
  - Tener relaciones sexuales con alguien que tiene el virus.
- Presentas un mayor riesgo de tener hepatitis A si:
  - Trabajas o viajas a lugares del mundo donde la hepatitis A es frecuente.
  - Asistes en el cuidado de niños y niñas o trabajas en un centro de cuidado infantil.
  - Vives con una persona que tiene la enfermedad.
  - Eres un hombre que mantiene relaciones sexuales con otros hombres.
  - Tienes algún tipo de contacto sexual con alguien que tiene hepatitis A.
  - Eres VIH positivo.
  - No tienes vivienda.
  - Tienes un trastorno en el factor de coagulación, como hemofilia.
  - Usas algún tipo de droga ilícita (no solo drogas que se inyectan).
- A diferencia de otros tipos de hepatitis viral, la hepatitis A no causa un daño hepático a largo plazo ni se convierte en crónica. En raras ocasiones puede causar pérdida repentina de la función hepática, sobre todo, en adultos y adultos mayores o en personas con enfermedades hepáticas crónicas. La insuficiencia hepática aguda requiere hospitalización para su supervisión y tratamiento. Algunas personas podrían necesitar un trasplante de hígado.

La hepatitis A es causada por un virus que infecta las células hepáticas y produce inflamación.

# prevención de hepatitis A

- Se aplica una inyección inicial seguida de una inyección de refuerzo seis meses después.
- Se recomienda vacunar a las siguientes personas:
  - Niños y niñas de 1 año o mayores que no recibieron la vacuna en su infancia.
  - Cualquier persona mayor de 1 año que se encuentre sin hogar.
  - Bebés de 6 a 11 meses que viajen al extranjero.
  - Familiares y cuidadores/as de niños/as adoptados/as que provienen de países donde la hepatitis A es frecuente.
  - Personas en contacto directo con otras personas que tengan hepatitis.
  - El personal de laboratorio que puede entrar en contacto con la enfermedad.
  - Hombres que mantienen relaciones sexuales con hombres.
  - Personas que trabajan o viajan a lugares del mundo donde la hepatitis A es frecuente.
  - Personas que usan cualquier tipo de drogas ilícitas, no solo drogas que se inyectan.
- Personas con trastornos del factor de coagulación.
- Personas con enfermedad hepática crónica, incluida hepatitis B o hepatitis C.
- Cualquier persona que desee obtener protección (inmunidad).
- Si estás preocupado o preocupada sobre el riesgo que tienes de desarrollar hepatitis A, pregúntale a tu médico/a si debes vacunarte.
- Para evitar cualquier tipo de enfermedad debes siempre de hacer lo siguiente:
  - Pela y lava todas las frutas y vegetales frescos tú mismo.
  - No comas carne ni pescado crudos o poco cocidos.
  - Bebe agua embotellada y úsala para cepillarte los dientes.
  - No consumas ninguna bebida cuya pureza desconozcas, ya sea con o sin hielo.
  - Si no consigues agua embotellada, hierva el agua de grifo antes de beberla.

La vacuna contra la hepatitis A puede prevenir la infección contra el virus. Por lo general, la vacuna se administra en dos inyecciones.

## diagnóstico y tratamiento

- No existen tratamientos específicos para la hepatitis A. Tu cuerpo eliminará el virus de la enfermedad solo. En la mayoría de los casos, el hígado se cura antes de los seis meses y no presenta daños duraderos.
- El tratamiento de la hepatitis A se suele centrar en que te sientas cómodo y en controlar los signos y síntomas. Podría ser necesario que hagas lo siguiente:
  - Descansar. Muchas personas que la padecen sienten cansancio, ganas de vomitar y tienen menos energía.
  - Controlar las náuseas. Las náuseas pueden dificultar la alimentación. Intenta comer tentempiés a lo largo del día en lugar de comidas completas. Para obtener las calorías suficientes, come más alimentos con alto contenido calórico. Por ejemplo, bebe jugo de frutas o leche en lugar de agua. Si tienes vómitos, es importante que tomes mucho líquido para evitar la deshidratación.
  - Evitar el alcohol y tomar medicamentos con cuidado. El hígado puede presentar dificultades para procesar medicamentos y bebidas alcohólicas. Si tienes hepatitis, no bebas alcohol. El

alcohol puede provocar más lesiones en el hígado. Habla con el médico/a acerca de los medicamentos que tomas, incluso los de venta libre.

- Puedes tomar precauciones para reducir el riesgo de contagiar la hepatitis A a los demás.
  - Evita todo tipo de contacto sexual. Muchas variantes de la actividad sexual pueden contagiar la infección a tu pareja. Con frecuencia, los preservativos no aportan una protección adecuada.
  - Lávate las manos cuidadosamente después de usar el baño o de cambiar pañales. Refríégate las manos vigorosamente durante 20 segundos como mínimo y enjuaga bien. Sécate las manos con una toalla desechable.
  - No prepares la comida para otras personas mientras la infección esté activa. La infección puede transmitirse a las y los demás con facilidad.

Algunas de estas situaciones podrían parecer normales, pero pueden ser peligrosas si se repiten a menudo y son más intensas cada vez. ¡Píde ayuda!

## hepatitis A en México

- En México se registran 24 mil casos de hepatitis A, B y C, por lo que la Secretaría de Salud tiene en marcha tres estrategias: vacunación, sangre segura para transfusiones y acciones específicas para evitar el contagio por transmisión sexual.
- La mayoría de los casos son de tipo A, que se trasmite a través de agua y alimentos contaminados, pero no genera un padecimiento crónico y se resuelve de manera natural.
- De este total, alrededor de 1,900 casos corresponden a hepatitis C, y 750 al tipo B, ante lo cual nuestro país ha desarrollado diferentes medidas preventivas y de tratamiento apegadas a las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud (OMS) y la Organización Panamericana de la Salud (OPS).
- La vacuna contra la hepatitis A se aplica en todas las guarderías de las instituciones públicas, debido a que existe un mayor riesgo del intercambio de alimentos. Este biológico también se aplica cuando hay desastres naturales, al estar presente el riesgo del consumo de agua contaminada.
- Entre otras medidas coordinadas por el Centro Nacional para la Prevención y Control del VIH/ SIDA, para evitar la transmisión por vía sexual, cada año distribuye 190 millones de condones.
- La NOM-039-SSA2-2014, Para la prevención y control de las infecciones de transmisión sexual tiene por objeto establecer y uniformar los procedimientos y criterios de operación de los integrantes del Sistema Nacional de Salud, en la prevención y el control de las infecciones de transmisión sexual y es de observancia obligatoria en todo el territorio nacional para el personal de salud y las instituciones de los sectores público, social y privado del Sistema Nacional de Salud, que presten servicios relacionados con la prevención, tratamiento y control de las infecciones de transmisión sexual.
- En los últimos dos años (2017 y 2018) el sistema de información en salud de la Secretaría de Salud Federal, reporta un total de 14,834 casos, siendo el año 2018 el que registra un incremento de 1,384 casos con respecto al año 2017. Del gran total, al Estado de México corresponden 617 casos que representan el 4.16% del total nacional, siendo también el año 2018 el que mayor número registra con 340.
- Las entidades con mayor número de casos para los mismos años 2017 y 2018 son Guanajuato (1,165), Guerrero (1,146) y Oaxaca (1,102) mientras que los estados con menor número de casos para el mismo período son: Campeche (13), Tlaxcala (14) y Aguascalientes (4).

En México se registran 24 mil casos de hepatitis A, B y C, por lo que la Secretaría de Salud tiene en marcha tres estrategias: vacunación, sangre segura para transfusiones y acciones específicas para evitar el contagio por transmisión sexual.

Nota: este tríptico es impreso en papel reciclable



Contacto



Opiniones

**Gobierno del Estado de México**

**Secretaría de Salud**

Centro Estatal de Vigilancia Epidemiológica

y Control de Enfermedades

Fidel Velázquez 805, Col. Vértice,

Toluca, Estado de México, C.P. 50150

Teléfono: 01(722) 219 38 87

Si quieres estar en contacto con nosotros vía internet y realizar comentarios, visítanos en:

[www.salud.edomexico.gob.mx/cevece/](http://www.salud.edomexico.gob.mx/cevece/)

correo: [cevece@salud.gob.mx](mailto:cevece@salud.gob.mx)

o síguenos por:

