



# LA HEPATITIS C y el hígado

Hágase la prueba de  
detección. ¡Cúrese!





INCLUSO SI SE SIENTE  
SALUDABLE, LA  
HEPATITIS C PODRÍA  
ESTAR DAÑANDO  
SU HÍGADO.

El hígado lo mantiene sano de muchas formas. Elimina toxinas de la sangre y ayuda a convertir los alimentos en energía.

Hepatitis significa inflamación del hígado. Hay diferentes tipos de hepatitis. La **hepatitis C** (Hep C) es causada por un virus que infecta el hígado. El virus se transmite por la sangre.

# La hepatitis C puede generar problemas de salud graves, como los siguientes:

- Daño hepático
- Cirrosis
- Insuficiencia hepática
- Cáncer de hígado

La hepatitis C puede, incluso, provocar la muerte.



## Síntomas

Muchas personas con hepatitis C **no** tienen síntomas y no saben si están infectadas. Los síntomas pueden tardar hasta 30 años en aparecer. Cuando los síntomas aparecen, a menudo esto es señal de una enfermedad hepática avanzada.

Algunos de los síntomas y signos de la hepatitis C son los siguientes:

- Fiebre
- Fatiga
- Pérdida de apetito
- Náuseas
- Vómitos
- Dolor abdominal
- Orina oscura
- Depositiones de color grisáceo
- Dolor en las articulaciones
- Ictericia

**Si tiene hepatitis C, no es el único.**

Casi **cuatro millones** de personas en los Estados Unidos tienen hepatitis C.

Casi **150 000** habitantes de la ciudad de Nueva York tienen hepatitis C.

Para obtener más información sobre la hepatitis C y tomar las mejores decisiones para su salud:  
visite [nyc.gov/health/hepC](http://nyc.gov/health/hepC)

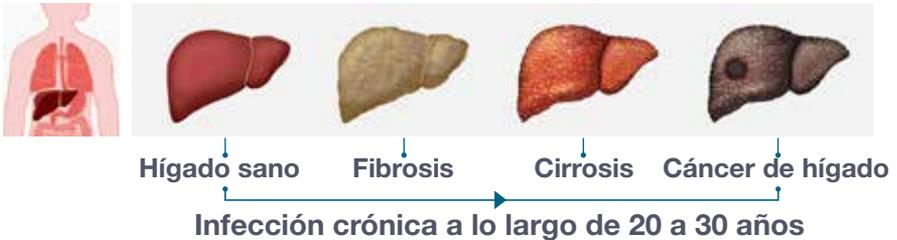
# Etapas de la hepatitis C

**La hepatitis C aguda** se refiere a los primeros seis meses de la infección.

- Algunas personas infectadas se curan de la hepatitis C por sí solas dentro de los primeros seis meses de infección.
- La mayoría de las personas no tiene síntomas de hepatitis C en la etapa aguda.

**La hepatitis C crónica** se refiere a la infección de largo plazo.

- La mayoría de las personas infectadas con hepatitis C desarrollará una infección crónica.
- La hepatitis C crónica puede causar inflamación y cicatrización del hígado, lo que puede producir daño hepático moderado (fibrosis) y daño hepático grave (cirrosis).
- Las personas con cirrosis tienen un alto riesgo de sufrir insuficiencia hepática, cáncer de hígado e, incluso, de morir.
- A menudo, el daño hepático ocurre lentamente, a lo largo de veinte o treinta años.



## Hepatitis C y pruebas para evaluar la salud del hígado

Su proveedor de atención de salud puede hacer algunas de estas pruebas para confirmar si usted padece hepatitis C o para saber cómo la hepatitis C está afectando su salud.

### Análisis de sangre

- **Prueba de anticuerpos de hepatitis C:** muestra si alguna vez estuvo infectado por el virus de la hepatitis C. Si la prueba resulta positiva, necesitará hacerse otra prueba (el examen de ácido ribonucleico [ARN] para la hepatitis C) para saber si tiene hepatitis C en la actualidad.

- **Prueba de ARN de la hepatitis C (carga viral):** muestra cuánta cantidad del virus de la hepatitis C hay en su sangre (carga viral) en la actualidad. Si la prueba resulta positiva, significa que usted está infectado, es decir, tiene hepatitis C en la actualidad.

Si inicia un tratamiento contra la hepatitis C, se hará el examen de ARN para la hepatitis C durante el tratamiento y después de este para saber si está surtiendo efecto. Si el tratamiento tiene éxito, la carga viral se reducirá a cero (imperceptible) y se mantendrá en ese nivel. Si la carga viral sigue sin detectarse doce semanas después del tratamiento, usted habrá alcanzado una respuesta viral sostenida (SVR, por sus siglas en inglés), lo que significa que está curado. Para confirmar que está curado, necesita los resultados de este último análisis de sangre llamado SVR.

- **Prueba de genotipo de hepatitis C:** muestra qué tipo de hepatitis C tiene. Al conocer el genotipo, el proveedor de atención de salud podrá elegir el mejor tratamiento para usted.
- **Pruebas de la función hepática (PFH):** miden lo bien que está funcionando el hígado. Un nivel alto puede significar que tiene inflamación o daño en el hígado.
- **Pruebas de fibrosis del hígado:** analiza la cantidad de daño hepático (fibrosis).

## **FibroScan**

Se trata de un examen no invasivo que indica el daño hepático mediante una imagen de la forma, el tamaño y la rigidez del hígado.

## **Biopsia del hígado**

Se trata de la extirpación de una pequeña parte de tejido hepático con una aguja. El tejido se examina con un microscopio para conocer el nivel del daño hepático o de la enfermedad.

## **Pruebas de detección de cáncer de hígado**

Para personas con cirrosis, se recomienda hacer análisis de sangre o ecografías cada seis meses.

¡Hágase la prueba de detección! Es la única forma de saber si tiene hepatitis C.

# Si tiene hepatitis C



**Busque atención con un proveedor de atención de salud que tenga conocimiento sobre la hepatitis C**

Visite a su proveedor de atención de salud regularmente para asegurarse de que usted se mantiene saludable.

Incluso si se siente en excelentes condiciones, puede tener problemas hepáticos.

Su proveedor de atención de salud lo ayudará a tomar las mejores decisiones para mejorar su salud y proteger el hígado.

## Trate la hepatitis C para curar la infección

La mayoría de personas con hepatitis C se puede **curar** tomando medicamentos antivirales por varios meses. Estar curado significa que no se encuentra ningún virus en la sangre unos meses después de finalizar el tratamiento.

Gracias a **los medicamentos antivirales nuevos para la hepatitis C**, el tratamiento ahora es fácil, de corta duración y **cura a casi todas las personas con hepatitis C**, incluyendo las personas con VIH positivo y quienes consumen alcohol o drogas de manera activa.

### Tratamiento actual contra la hepatitis C

Generalmente, dura entre dos y tres meses

A menudo, requiere la toma de una sola pastilla al día

Tiene efectos secundarios leves

Existen tratamientos gratuitos o de bajo costo

Trata todos los genotipos

La mayoría de los pacientes puede curarse.

Los medicamentos para la hepatitis C evitan que el virus se reproduzca, lo que significa que **no es solo una remisión, ¡es una cura!**

**No existen vacunas ni inmunizaciones contra la hepatitis C.**

Aunque haya recibido tratamiento y se haya curado, siempre puede volver a contraer hepatitis C. Evite el contacto con sangre para prevenir una reinfección.

## Proteja su salud

**Si tiene hepatitis C o cirrosis, lo más seguro para su salud es no consumir alcohol en absoluto.**

El alcohol provoca daño hepático. Una de las medidas más importantes para proteger el hígado es evitar el consumo de alcohol. Aprenda consejos para reducir el consumo en [rethinkingdrinking.niaaa.nih.gov](https://www.rethinkingdrinking.niaaa.nih.gov).

Si necesita ayuda para reducir el consumo de alcohol, hable con su proveedor de atención de salud o llame al **311**.

**Consulte con su proveedor de atención de salud antes de tomar medicamentos de venta sin receta médica, medicamentos naturales, vitaminas o suplementos.**

Algunos medicamentos de venta sin receta médica, como el paracetamol (Tylenol), las vitaminas, los suplementos (como el hierro, las hierbas o los "medicamentos naturales") pueden ser nocivos para el hígado. Informe a todos sus proveedores de atención de salud que tiene hepatitis C para que puedan ayudarlo a evitar medicamentos que puedan dañar el hígado.

**Lleve una dieta sana, haga ejercicio y mantenga un peso corporal saludable.**

**Busque ayuda.** Comparta sus sentimientos con su proveedor de atención de salud y con personas de su confianza.

Le recomendamos que se conecte en persona o por Internet con un grupo de apoyo sobre hepatitis C. Visite [HepFree.nyc](http://HepFree.nyc) para obtener más información.

Si necesita ayuda para controlar sus sentimientos, hable con su proveedor de atención de salud o llame al **311**.

## Preguntas para hacerle a su proveedor de atención de salud

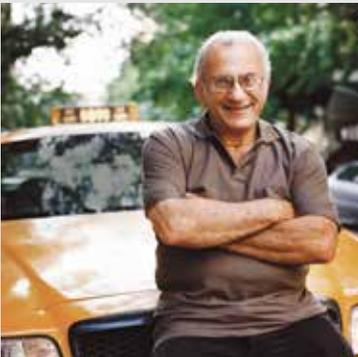
- Me gustaría hacerme pruebas de detección de la hepatitis C porque creo que, según la lista de la página 9, estoy en riesgo. ¿Me pueden hacer pruebas de detección de la hepatitis C?
- ¿Qué significan los resultados de mis pruebas?
- ¿Tengo el hígado dañado? De ser así, ¿qué tan dañado está?
- ¿Debería vacunarme contra otras enfermedades, como la hepatitis A, la hepatitis B o la gripe para proteger mi salud?
- ¿Cuál es el peso, la dieta y la rutina de ejercicios ideales para mí?
- En mi caso, ¿cuál es la mejor atención que debo recibir para tratar la hepatitis C?
- ¿Es seguro que tome mis medicamentos (incluyendo los medicamentos de venta sin receta médica), hierbas, vitaminas y suplementos?
- Me gustaría recibir tratamiento para curar la hepatitis C. ¿Qué medidas debo tomar para curarme?
- ¿Cómo puedo pagar mi tratamiento contra la hepatitis C?



# Proteja a los demás de la hepatitis C

El virus de la hepatitis C puede vivir fuera del cuerpo.

- **Si se inyecta drogas, use solo equipo o "artículos" nuevos o estériles** como agujas, jeringas, algodones, vasos, ligas, hojas de afeitar, cortadoras, agua de enjuague, cocinas, pajillas o pipas.
- **No comparta objetos de cuidado personal** como cepillos de dientes, cuchillas, agujas, limas, cortaúñas, tijeras para uñas o toallas para el cuerpo que puedan haber tenido contacto con su sangre.
- **Cubra sus cortes y heridas abiertas** con vendajes y asegúrese de que otros no toquen su sangre.
- **Tenga relaciones sexuales con protección.** Si tiene varias parejas sexuales o si tiene VIH o una infección de transmisión sexual (ITS) utilice condón siempre.
- **Limpie** los derrames de sangre con una solución de cloro (una parte de cloro y nueve partes de agua).
- **Si está embarazada, hable con su proveedor de atención de salud acerca de la hepatitis C.** La hepatitis C puede transmitirse de la madre al bebé durante el embarazo o el parto.



## El contacto casual es seguro

La hepatitis C **no se puede** transmitir por estornudos, tos, besos, abrazos, apretones de manos o por hablar. Tampoco puede transmitirse al compartir utensilios de mesa, vasos para beber, alimentos o agua potable. No lo deben excluir del trabajo, de la escuela, de los juegos o de la guardería si tiene hepatitis C.

# Información y recursos

**Departamento de Salud de la Ciudad de Nueva York**

Llame al **311** o visite [nyc.gov/health/hepC](https://nyc.gov/health/hepC)

**Atención de salud de la hepatitis C a bajo costo en hospitales públicos de la Ciudad de Nueva York**

[nyc.gov/hhc](https://nyc.gov/hhc)

**Para obtener un seguro médico**

[access.nyc.gov](https://access.nyc.gov)

**Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades**

[cdc.gov/hepatitis](https://cdc.gov/hepatitis)

**American Liver Foundation (Fundación estadounidense del hígado)**

Línea de ayuda para la hepatitis C, buscador de proveedores de atención de salud y grupo de ayuda en línea: llame al 800-465-4837 o visite [liverfoundation.org](https://liverfoundation.org)

**Recursos para la reducción de daños**

[harmreduction.org](https://harmreduction.org)

**NYC Hep C Task Force (Equipo de trabajo de la Ciudad de Nueva York para prevenir, controlar y tratar la hepatitis C)**

[HepFree.nyc](https://HepFree.nyc)

# Evaluación de riesgo de la hepatitis C

- ¿Nació entre 1945 y 1965?
- ¿Alguna vez se ha inyectado drogas, hormonas, esteroides, silicona o cosméticos, aun si fue hace mucho tiempo?
- ¿Recibió una transfusión de sangre o un trasplante de órganos antes de 1992?
- ¿Es usted VIH positivo?
- ¿Nació en Egipto, en Pakistán, en Rusia o en la antigua Unión Soviética?
- ¿Alguna vez inhaló drogas?
- ¿Su madre tenía hepatitis C cuando usted nació?
- ¿Alguna vez una persona que no era un profesional con licencia le ha hecho tatuajes o perforaciones?
- ¿Le han hecho exámenes de hígado que han arrojado resultados anormales o le han dicho que tiene una enfermedad hepática?
- ¿Ha recibido diálisis de largo plazo?
- ¿Alguna vez ha estado expuesto a sangre o se ha pinchado con una aguja en el trabajo?
- ¿Ha estado en la cárcel?
- ¿Es usted un hombre que tiene relaciones sexuales con hombres?
- ¿Tiene relaciones sexuales con múltiples parejas?

Si respondió "sí" a alguna de estas preguntas, está en riesgo de contraer hepatitis C. Hable con su proveedor de atención de salud, visite [nyc.gov/health/hepC](https://www.nyc.gov/health/hepC) o envíe un correo electrónico a [hep@health.nyc.gov](mailto:hep@health.nyc.gov) para obtener más información sobre cómo hacerse la prueba.

**Hágase la prueba de detección. ¡Cúrese!**

Hágase la prueba de detección.  
¡Cúrese!