




# HEPATITIS C

Los hechos



Hágase la prueba. ¡Cúrese!

**NYC**<sup>™</sup>  
Health



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

Su hígado preserva su salud de muchas formas, como al eliminar toxinas de su sangre y convertir los nutrientes de los alimentos en energía.

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

# La hepatitis C puede generar graves problemas de salud:

- Daño hepático (del hígado)
- Cirrosis
- Insuficiencia hepática
- Cáncer de hígado

La hepatitis C incluso puede causar la muerte.



## Síntomas

Muchas personas con hepatitis C **no** presentan síntomas y no saben que están infectadas. Los síntomas de la hepatitis C pueden tardar hasta 30 años en aparecer y, cuando ello sucede, a menudo es señal de una enfermedad hepática avanzada.

Los síntomas y signos de hepatitis C pueden ser:

- Fiebre
- Fatiga
- Pérdida de apetito
- Náusea
- Vómito
- Dolor abdominal
- Orina oscura
- Heces grisáceas
- Dolor en articulaciones
- Ictericia (coloración amarillenta de la piel, las membranas mucosas o los ojos)

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

Casi **4 millones** de estadounidenses tienen hepatitis C.

Casi **150,000** residentes de Nueva York tienen hepatitis C.

Al informarse sobre la hepatitis C, puede tomar las mejores decisiones para su salud.

# Etapas de la hepatitis C

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

- Algunas personas se sanan sí mismas después de seis meses.
- La mayoría de las personas no presentan síntomas de hepatitis C en la etapa aguda.

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

- La mayoría de personas infectadas con hepatitis C desarrollarán una infección crónica.
- La hepatitis C crónica puede causar inflamación del hígado y cicatrización que puede producir daño hepático moderado (fibrosis) y daño hepático grave (cirrosis).
- Las personas con cirrosis están en riesgo de sufrir insuficiencia hepática, cáncer de hígado o, incluso, de morir.
- El daño hepático a menudo ocurre lentamente, durante 20 o 30 años.



Hígado saludable

Fibrosis

Cirrosis

Cáncer de hígado

## Pruebas de hepatitis C y de salud del hígado

Su médico le puede realizar algunos de estos exámenes para confirmar que usted padece hepatitis C o para saber en qué manera está afectando su salud:

### Exámenes de sangre

- **Prueba de anticuerpos de hepatitis C:** Muestra si alguna vez estuvo infectado con el virus de la hepatitis C. Si la prueba resulta positiva, necesitará realizarse otro examen (el análisis de ARN para la hepatitis C) para saber si tiene hepatitis C actualmente.

- **Análisis de ARN (carga viral) para la hepatitis C** (llamado también PCR): Revela la cantidad del virus de la hepatitis C que está presente en su sangre actualmente. Si la prueba resulta positiva, significa que actualmente está infectado con la hepatitis C.

Si inicia un tratamiento para la hepatitis C, su ARN para la hepatitis C se puede revisar durante y después del tratamiento 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.

- **Prueba de genotipos de la hepatitis C:** Revela cuál tipo de hepatitis C tiene. Al conocer el genotipo, su médico podrá escoger el mejor tratamiento para usted.
- **Pruebas de la función hepática (PFH):** Miden el funcionamiento del hígado. Un nivel alto puede significar que tiene inflamación o daño hepático.
- **Exámenes de fibrosis en el hígado** (como FibroSure): Analizan la medida de daño hepático (fibrosis).

### **Ultrasonido del hígado/FibroScan®**

Exámenes no invasivos que presentan una imagen de la forma, el tamaño y la rigidez del hígado.

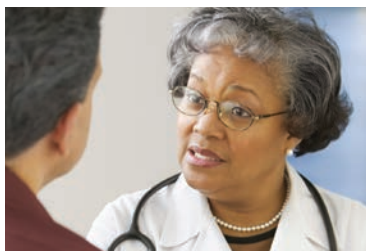
### **Biopsia de hígado**

Extirpación de una pequeña parte del tejido hepático con una aguja para mirarla con un microscopio y conocer el nivel del daño hepático o de la enfermedad.

### **Exámenes de diagnóstico de cáncer de hígado**

Pruebas de sangre o ultrasonido que se recomiendan para personas con cirrosis cada seis meses.

# Si tiene hepatitis C:



## Busque atención con un médico que tenga conocimiento sobre hepatitis C

Consulte a su médico con regularidad para asegurarse de que se mantiene saludable.

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

Su médico le ayudará a tomar las mejores decisiones para mejorar su salud y proteger su hígado.

## Considere tratamientos para la hepatitis C

La mayoría de personas con hepatitis C se pueden **curar** al tomar medicamentos antivirales por varios meses. Curarse significa que no se encuentra ningún virus en la sangre algunos meses después de finalizar el tratamiento.

Gracias a los **nuevos medicamentos antivirales para la hepatitis C**, el tratamiento ahora es más fácil y más corto. También hay mayor probabilidad de curar la hepatitis C que antes.

Antes	Ahora
A menudo duraba 1 año	Usualmente dura de 2 a 3 meses
Inyecciones y píldoras semanales	Píldoras, a menudo solo 1 al día
Efectos secundarios graves (depresión, anemia, síntomas como de gripe)	Efectos secundarios leves (dolor de cabeza, náuseas)

**Más del 90% de pacientes puede curarse.**

Los nuevos tratamientos se han estudiado en ensayos clínicos extensos durante varios años, y resultaron ser más seguros que los tratamientos anteriores. Estos detienen la replicación del virus, por lo que **más que una remisión, son una cura.**

**No existen vacunas ni inmunización para la hepatitis C.** Incluso si se realiza un tratamiento y se cura, siempre puede volver a infectarse y por ello es tan importante que se proteja de la exposición a la sangre.

## Proteja su salud

**No beber alcohol en absoluto es lo más seguro.**

El alcohol acelera el daño hepático. Evitar el alcohol es una de las medidas más importantes que puede tomar para proteger su hígado. Aprenda consejos para reducir el consumo en [rethinkingdrinking.niaaa.nih.gov](http://rethinkingdrinking.niaaa.nih.gov).

Si necesita ayuda para reducir el consumo de alcohol, hable con su médico o visite [800LifeNet.org](http://800LifeNet.org) para recibir asesoría o una remisión para tratamiento.

**Consulte a su médico antes de tomar medicamentos de venta libre, medicamentos naturistas, vitaminas o suplementos.**

Algunos medicamentos de venta libre, como el acetaminofén (Tylenol), las vitaminas, los suplementos como el hierro o los medicamentos naturistas pueden ser nocivos para el hígado. Informe a todos sus proveedores médicos que tiene hepatitis C para que puedan ayudarle a evitar los medicamentos que puedan afectar su hígado.

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

**Busque ayuda.** Comparta sus sentimientos con su médico y con personas de su confianza.

Se recomienda que se conecte con un grupo de apoyo para la hepatitis C en persona o por Internet.

Visite [HepFree.nyc](http://HepFree.nyc) para obtener más información.

Si necesita ayuda para canalizar sus sentimientos, hable con su médico o visite [800LifeNet.org](http://800LifeNet.org) para recibir asesoría o que le refieran a otro médico.

## Pregúntele a su médico

- ¿Mi hígado está sano?  
¿Tengo daño hepático?
- ¿Puedo tomar vacunas para otras enfermedades, como hepatitis A, hepatitis B o gripe para proteger mi salud?
- ¿Cuáles son el peso, la dieta y la rutina de ejercicios ideales para mí?
- ¿Cuál es la mejor forma de tratar la hepatitis C en mi caso?
- ¿Es seguro que tome mis medicamentos (incluidos medicamentos de venta libre), vitaminas y suplementos?
- ¿Debo tomar un tratamiento antiviral para la hepatitis C?





# Proteja a los demás

El virus de la hepatitis C puede vivir fuera del cuerpo hasta por tres semanas.

- **Si se inyecta drogas, use solamente equipo nuevo o estéril** como agujas, jeringas, algodones, vasos, ligas, hojas de afeitar, cortadoras, agua de enjuague, calentadores, pajillas o pipas.
- **No comparta objetos de cuidado personal como** cepillos dentales, hojas de afeitar, agujas, limas, cortaúñas, tijeras para uñas o toallas para el cuerpo que puedan haber estado en contacto con su sangre.
- **Cubra sus cortaduras y heridas abiertas con vendajes** y asegúrese de que otras personas no entren en contacto con su sangre.
- **Tenga relaciones sexuales con protección.** Si tiene varios compañeros sexuales o si tiene VIH o una infección de transmisión sexual (ITS) utilice condones 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 médico sobre la hepatitis C.** La hepatitis C se puede transmitir de madre a hijo 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, hablar o compartir utensilios de mesa, vasos para beber o por compartir alimentos o agua potable. No lo deben excluir en el trabajo, la escuela, los juegos o 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/hepatitis](https://nyc.gov/health/hepatitis)

## Atención médica de la hepatitis C de bajo costo en hospitales públicos de la Ciudad de Nueva York

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

## Busque un seguro de salud público

<https://a858-ihss.nyc.gov>

## Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades

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

## Fundación Estadounidense del Hígado

Línea de ayuda para la hepatitis C, buscador de proveedores médicos y grupo de apoyo en línea 1-800-465-4837 o [liverfoundation.org](https://liverfoundation.org)

## Defensoría de VHC

Apoyo y educación de pacientes  
[hcvadvocate.org](https://hcvadvocate.org)

## Recursos para reducir el daño

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

## LifeNet

Línea directa y base de datos de referencias para la salud mental y el abuso de sustancias que funciona las 24 horas  
Visite [800LifeNet.org](https://800LifeNet.org) o llame:

### Inglés:

1-800-LIFENET  
(1-800-543-3638)

### Español:

1-877-AYUDESE  
(1-877-298-3373)

### Mandarín/Cantonés:

1-877-990-8585

## NYC Hep C Task Force

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

# Evaluación de riesgos 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?
- ¿Le realizaron una transfusión de sangre o un trasplante de órganos antes de 1992?
- ¿Es usted VIH positivo?
- ¿Nació en Egipto, Pakistán, Rusia o la antigua Unión Soviética?
- ¿Alguna vez le realizaron una transfusión de sangre o procedimiento médico en Egipto, Pakistán, Rusia o la antigua Unión Soviética?
- ¿Alguna vez ha inhalado drogas?
- ¿Su madre tenía hepatitis C cuando usted nació?
- ¿Alguna vez le ha hecho tatuajes o perforaciones una persona que no es profesional certificado?
- ¿Le han realizado exámenes de hígado que han arrojado resultados anormales o le han dicho que tiene una enfermedad hepática?
- ¿Alguna vez le han realizado una diálisis a 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 que “sí” a cualquiera de estas preguntas, usted está en riesgo de haber contraído hepatitis C. Hable con su médico sobre la prueba, o envíe el mensaje de texto **HIGADO** al **877877** para obtener más información.

Hágase la prueba. ¡Cúrese!

# Hágase la prueba. ¡Cúrese!



Escanee el código para ver la página de inicio sobre la salud hepática del Departamento de Salud de la Ciudad de Nueva York. También puede enviar el **mensaje de texto HIGADO** al **877877** o descargar la aplicación **NYC Liver Health** para seguir los próximos pasos.