




# 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.

Su hígado preserva su salud de muchas formas. Elimina toxinas de su sangre y ayuda a convertir los alimentos en energía.

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

# La hepatitis C puede generar graves problemas de salud:

- Daño hepático
- 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 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 **4 millones** de estadounidenses tienen hepatitis C.

Casi **150 000** personas que viven en 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)

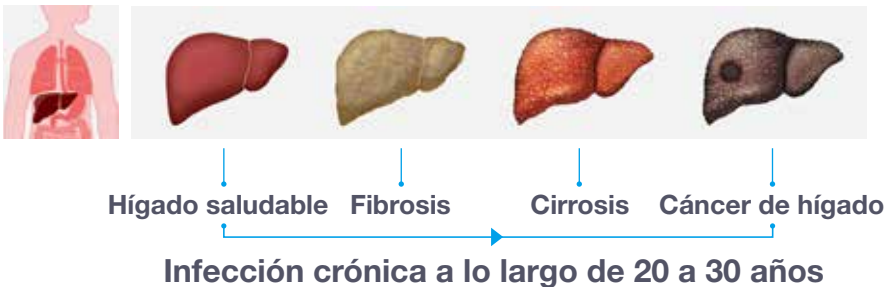
# Etapas de la hepatitis C

La **hepatitis C aguda** se refiere a los primeros seis meses después 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 presentan síntomas de hepatitis C en la etapa aguda.

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

- La mayoría de las personas infectadas con hepatitis C desarrollarán 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 corren 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 20 o 30 años.



## Pruebas de la hepatitis C para evaluar la salud del hígado

Su proveedor de atención de salud le puede realizar 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 la hepatitis C:** Muestra si alguna vez estuvo infectado por el virus de la hepatitis C. Si la prueba resulta positiva, necesitará realizarse otra prueba (el análisis de ARN para la hepatitis C) para saber si tiene hepatitis C en la actualidad.

- **Análisis de ARN (carga viral) para la hepatitis C:** Muestra cuánta cantidad del virus de la hepatitis C hay en su sangre (carga viral) actualmente. Si la prueba resulta positiva, significa que usted está infectado con la hepatitis C en la actualidad.

Si inicia un tratamiento para la hepatitis C, se realizará el análisis 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 la hepatitis C:** Muestra qué tipo de hepatitis C tiene. Al conocer el genotipo, el proveedor de atención de salud podrá escoger el mejor tratamiento para usted.
- **Pruebas de la función hepática (PFH):** Mide cuán bien está funcionando el hígado. Un nivel alto puede significar que tiene inflamación o daño en el hígado.
- **Pruebas de fibrosis en el hígado:** Analiza la cantidad de daño hepático (fibrosis).

## **FibroScan®**

Se trata de una prueba no invasiva 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 del tejido hepático con una aguja. El tejido se examina con un microscopio para conocer el nivel del daño hepático o de la enfermedad.

## **Pruebas para el diagnóstico de cáncer de hígado**

Para personas con cirrosis, se recomienda realizar 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 le ayudará a tomar las mejores decisiones para mejorar su salud y proteger su hígado.

## Trate la hepatitis C para curar la infección

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

Gracias a los **nuevos medicamentos antivirales para tratar la hepatitis C**, el tratamiento es fácil, de corta duración y cura a casi todas las personas con hepatitis C, incluyendo aquellas personas con VIH positivo y aquellas que consumen drogas y alcohol activamente.

### Tratamiento actual para la hepatitis C

Generalmente, dura entre dos y tres meses

A menudo, solamente se toma una pastilla al día

Tiene efectos secundarios leves

Existen tratamientos gratis o de bajo costo

Trata todos los genotipos

La mayoría de los pacientes pueden curarse.

Los medicamentos para tratar la hepatitis C detienen la replicación del virus, lo que significa que **no es solo 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 la 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 causa 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](http://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 libre, medicamentos naturales, vitaminas o suplementos.**

Algunos medicamentos de venta libre, como el acetaminofén (Tylenol), las vitaminas, los suplementos (como el hierro), las hierbas o los "medicamentos naturales" pueden ser nocivos para el hígado. Infórmeles a todos sus proveedores de atención de salud que tiene hepatitis C para que puedan ayudarle a evitar medicamentos que puedan dañar el hígado.

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

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

Le recomendamos que se conecte en persona o por Internet con un grupo de apoyo para la 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 realizarme pruebas de detección de la hepatitis C porque creo que, según la lista de la página 9, estoy en riesgo. ¿Me pueden realizar 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 (incluidos los medicamentos de venta libre), 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?

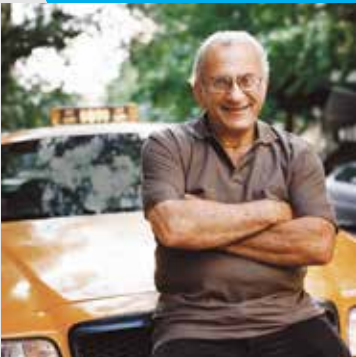




# Proteja a los demás de la hepatitis C

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

- **Si se inyecta drogas, use 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 de dientes, cuchillas, agujas, limas, cortaúñas, tijeras para uñas o toallas para el cuerpo, que puedan haber tenido 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 varias parejas sexuales o si tiene VIH o una infección de transmisión sexual (ITS), utilice un condón siempre.
- **Limpie** los derrames de sangre con una solución de lejía (una parte de lejía 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 le 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 para la hepatitis C de 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 1-800-465-4837 o visite [liverfoundation.org](https://liverfoundation.org)

**HCV Advocate (Proyecto de apoyo para pacientes con el virus de la hepatitis C)**

Apoyo y educación para pacientes  
[hcvadvocate.org](https://hcvadvocate.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, Pakistán, Rusia o 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 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 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 cualquiera de estas preguntas, usted está en riesgo de padecer hepatitis C. Hable con su proveedor de atención de salud, visite [nyc.gov/health/hepC](https://nyc.gov/health/hepC) o envíe un correo electrónico a [hep@health.nyc.gov](mailto:hep@health.nyc.gov) para obtener más información acerca de cómo hacerse la prueba de detección.

Hágase la prueba de detección. ¡Cúrese!

Hágase la prueba de detección.  
¡Cúrese!