

Hechos sobre la Hepatitis C

La epidemia silenciosa

EDICIÓN REVISADA

David A. Paulson, M.D.

Información sobre la hepatitis C

Sobre el autor

David A. Paulson, M.D. se desempeña como director médico para el Departamento de Cárceles de Minnesota y como médico en el Departamento de Servicios Humanos de Minnesota, donde atiende regularmente a pacientes diagnosticados con hepatitis C. El Dr. Paulson obtuvo su diploma de médico de la Universidad de Illinois y una maestría en administración de empresas de la Universidad de San Thomas. Además está certificado por el Colegio Médico para ejercer medicina interna.

Informes típicos de Hazelden
sobre la asistencia continuada

Información sobre la hepatitis C

La epidemia silenciosa

Edición revisada

David A. Paulson, M.D.

HAZELDEN

Hazelden
Center City, Minnesota 55012
hazelden.org

(c) 2000, 2008 by Hazelden Foundation
Todos los derechos reservados. Publicado en 2000. La edición revisada se publicó en 2008.
Impreso en los Estados Unidos de América

Es prohibido reproducir, guardar en un sistema de recuperación, o transmitir de cualquier forma o medio, tanto sea electrónico, mecánico, fotocopiado, grabado, escaneado, u de otro tipo, cualquier parte de esta publicación sin el permiso escrito de la editorial. Si no se respetan estas condiciones puede aplicarse una acción legal por daños y perjuicios por violación de los derechos de autor.

ISBN: 978-1-59285-682-1

Diseño gráfico: David Spohn
Composición del texto: Tursso Companies

¿QUÉ ES LA HEPATITIS C?

La hepatitis C es una infección del hígado causada por el virus de la hepatitis C (VHC). Los investigadores identificaron el virus en 1985. Anteriormente, a la hepatitis C se le conocía como “hepatitis no-A, no-B”. El VHC es uno de los varios tipos de hepatitis virales infecciosas, siendo la hepatitis A, B y C los más comunes. Como en el caso del virus de la hepatitis B, el VHC se propaga principalmente con la exposición a la sangre, fluidos y tejidos corporales.

Actualmente el método más común de infección es compartir agujas hipodérmicas contaminadas al inyectarse drogas ilegales. Las formas menos comunes de transmisión son: actividad sexual, exposición laboral u otro tipo de exposición a la sangre. Antes de 1992, el VHC se propagaba principalmente en las transfusiones de sangre. En 1992, los programas de donación de sangre empezaron a analizar la sangre donada para detectar el VHC. Hoy en día, es muy raro la infección a la hepatitis de los productos a base de sangre.

A diferencia de la hepatitis A y B, normalmente, la hepatitis C causa síntomas leves sólo cuando una persona se infecta por primera vez. Por consiguiente, las personas recientemente infectadas no buscan asistencia médica. Generalmente se sienten bien y tienen síntomas leves o no tienen síntomas hasta muchos años después. En aproximadamente el 15 por ciento de las personas que se contagian con el VHC, la respuesta de su sistema inmunológico expulsa el virus de sus cuerpos. El 85 por ciento restante tienen una infección crónica que después de varios años puede causar daños serios al hígado, cáncer del hígado y otras complicaciones. Estos “portadores crónicos” del VHC pueden transmitir la infección a otras personas.

¿QUÉ COMÚN ES LA HEPATITIS C?

La hepatitis C es la infección de la sangre más común en los Estados Unidos. Se estima que 3.2 millones de estadounidenses, o 1.8 por ciento de la población de Estados Unidos, son portadores crónicos del VHC. (En comparación, se estima que un millón [o un poco más] de norteamericanos-residiendo en Canadá, Estados Unidos y Méjico son positivos al virus de la hepatitis C.) La mayoría de los portadores del VHC no saben que tienen la infección porque no tienen síntomas ni fueron analizados por el VHC. Se estima que en los Estados Unidos ocurren treinta y seis mil nuevos casos de infección de VHC al año. En los Estados Unidos, de ocho a diez mil personas, aproximadamente, mueren de complicaciones del VHC al año. La hepatitis C es la razón más común para el trasplante de hígado.

¿CÓMO SE PROPAGA LA HEPATITIS C?

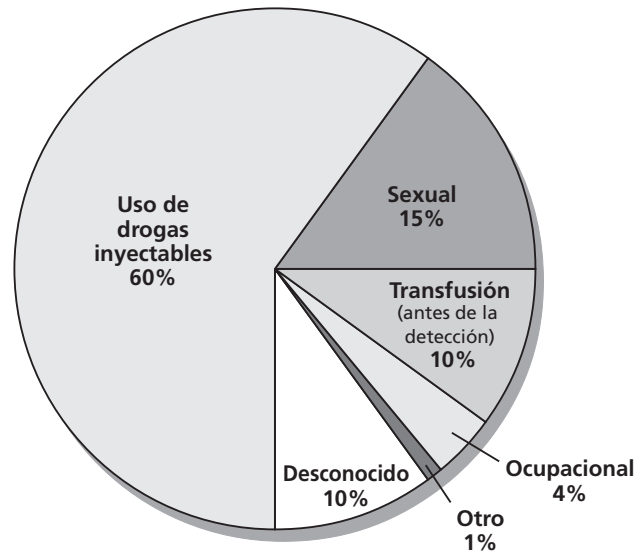
El virus de la hepatitis C está en la sangre y en los tejidos del cuerpo de portadores del VHC; se propaga de varias maneras, incluyendo las siguientes:

- Compartir una aguja hipodérmica con una persona con hepatitis C
- Pincharse o cortarse con una aguja hipodérmica o instrumento afilado contaminado con sangre infectada con el VHC o por sangre infectada con el VHC en una herida abierta (el tatuaje con equipo no esterilizado puede propagar la hepatitis C, pero este método de transmisión no ha sido confirmado)
- Recibir una transfusión de sangre, productos de sangre, o un trasplante de órgano de una persona infectada con el VHC antes de julio de 1992 (desde ese entonces, la sangre y los donantes de órganos han sido analizados por la hepatitis C)
- Ser hijo de una madre con un resultado positivo al VHC transmitido durante el parto.
- Tener relaciones sexuales por la vagina, por la boca o el ano

Es ilegal copiar esta página. No copie este material sin el permiso escrito de la editorial.

con una persona positiva al VHC (la transmisión sexual del VHC no ocurre tan comúnmente como con otras enfermedades como la hepatitis B, el virus de inmunodeficiencia humana [VIH o SIDA], sífilis, o gonorrea, pero ocurre)

- Compartir “popotes” (pajitas) para beber y otros instrumentos usados para inhalar drogas con otras personas (puede causar heridas en las narinas y contaminar de sangre los instrumentos para inhalar la droga)



FUENTES DE INFECCIÓN EN PERSONAS CON HEPATITIS C

La causa más común de la infección del VHC es compartir agujas hipodérmicas al inyectarse drogas ilegales. La investigación indica que hasta el 90 por ciento de las personas que comparten agujas hipodérmicas se infecta con hepatitis C en menos de un año. Si en el pasado usted ha compartido agujas hipodérmicas, es más probable que tenga el VHC y debe analizarse. Si usted tiene el VHC en su sangre, puede transmitirlo a otras personas.

Es ilegal copiar esta página. No copie este material sin el permiso escrito de la editorial.

La hepatitis C no se transmite por

- lactancia materna
- abrazar
- toser
- estornudar
- comida y agua
- compartir utensilios para comer o vasos para beber
- contacto casual como estrechar la mano de alguien
- besar en la boca (a menos que una o las dos partes tengan encías enfermas o lesiones abiertas en la boca)

¿CÓMO AVANZA LA ENFERMEDAD?

Cuando las personas se infectan por primera vez con VHC, la mayoría no se enferma en absoluto ni tiene síntomas menores, como pérdida temporal del apetito, cansancio, náusea o dolor leve de estómago. En la mayoría de los casos, la persona infectada no se siente lo suficientemente enferma como para ir al médico para hacerse un examen o recibir tratamiento. A pesar de que una persona infectada puede enfermarse seriamente con ictericia (ojos o piel amarillenta) y presentar otros síntomas, en casi todos los casos los síntomas desaparecen y la persona se siente bien de nuevo.

Sólo el 15 por ciento de las personas que se infectan con VHC elimina el virus de su sistema sin tratamiento. El otro 85 por ciento manifiesta una infección crónica del VHC que dura años. El virus vive y crece en el sistema de la persona infectada, pero ésta se siente bien y puede no tener ningún síntoma hasta muchos años después. Durante esta fase asintomática, el virus puede causar daño gradual y progresivo al hígado que eventualmente puede ser sintomática en el futuro. En un espacio de veinte o más años, pueden ocurrir daños severos y permanentes del hígado o cirrosis.

Sin embargo, no todos tienen cirrosis; sólo el 20 por ciento de las personas con infección crónica del VHC contraerá cirrosis del hígado después de veinte años. De uno al cinco por ciento contraerá cáncer al hígado en el futuro. Nadie puede predecir quién sufrirá daños serios al hígado, aunque hay formas de disminuir el riesgo de complicaciones serias.

En un número pequeño de personas ocurren complicaciones raras de infección del VHC, como artritis, enfermedad renal o problemas en la piel.

¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS Y COMPLICACIONES?

Los síntomas más comunes de la infección crónica del VHC son fatiga, pérdida del apetito y náusea. Estos síntomas son comunes en muchas enfermedades y no son específicos de la hepatitis C. Los síntomas más serios de la infección del VHC son ictericia, inflamación de las piernas, inflamación abdominal, machucarse fácilmente y hemorragias, indicios todos de una enfermedad avanzada del hígado.

Cuanto más tiempo esté infectada una persona con el VHC, más probable es que empeoren los síntomas y que aparezcan complicaciones. Las complicaciones más serias de la infección del VHC son la cirrosis y el cáncer del hígado. Aunque de 70 a 80 por ciento de las personas con el VHC crónico no presentarán estas complicaciones, nadie puede predecir quién las tendrá. Una forma sana de vida puede reducir enormemente la probabilidad de complicaciones. Mantener un estilo de vida sano es crucial, pero una vez que se note el daño avanzado del hígado, el tratamiento se limita a aliviar los síntomas o a un trasplante de hígado.

¿QUIÉN DEBERÍA SER ANALIZADO?

Si usted corre riesgo de contraer la hepatitis C, debe analizarse. El análisis de la sangre es la única manera de saber si usted tiene hepatitis C. El análisis puede hacerse a través de su médico, clínica, hospital u de otro prestador de servicios asistenciales. La prueba requiere sólo una perforación de la vena para extraer un tubo de sangre.

Usted debe analizarse si

- alguna vez se inyectó drogas ilegales, aun cuando lo haya hecho una vez o pocas veces, hace muchos años, y no se considera un consumidor de drogas;
- tiene ciertas condiciones médicas que requieran concentrados de factor coagulante antes de 1987 y/o hemodiálisis a largo plazo;
- tiene constantemente pruebas anormales de enzima hepáticas o síntomas de enfermedad del hígado;
- recibió una transfusión de sangre o un transplante de órgano antes de 1992;
- sufrió una lesión con una aguja hipodérmica o con un instrumento afilado contaminado con el VHC;
- la mucosa (sangre en los ojos o la boca) ha estado expuesta a sangre positiva al VHC;
- nació de una madre con resultado positivo al VHC;
- se le notificó que recibió sangre de un donante positivo al VHC.

Usted debe considerar analizarse por hepatitis C si

- inhaló cocaína o usó otras drogas ilegales no inyectables;
- recibió un procedimiento médico que involucró donar tejidos o fluidos corporales, como córnea, piel, médula ósea o semen;
- recibió tatuajes o perforaciones en el cuerpo, sobre todo si las agujas no estaban esterilizadas;
- tuvo relaciones sexuales con varias personas;

Es ilegal copiar esta página. No copie este material sin el permiso escrito de la editorial.

- tuvo una enfermedad transmitida sexualmente, como el VIH-SIDA, hepatitis B, gonorrea, clamidia o sífilis;
- tuvo relaciones sexuales por mucho tiempo con una persona positiva al VHC.

La sangre donada se analiza por la hepatitis C, pero si cree que podría tener hepatitis C u otra enfermedad transmitida en la sangre, no debe donar sangre.

¿POR QUÉ DEBO SER ANALIZADO?

Si usted cree que podría tener el VHC, debe hablar con su médico para que analice su sangre por la presencia del VHC. Los análisis rutinarios de la sangre que se realizan durante un examen físico regular no descubrirán la infección del VHC. Su médico debe solicitar esta prueba específicamente. El conocimiento de su condición de hepatitis C puede ayudarlo mucho, tanto sea si el resultado es negativo o positivo.

Si el resultado es negativo, usted puede estar seguro de no tener el VHC y no puede pasarlo a los demás. Un resultado negativo para el VHC puede estimular o reforzar en usted un deseo mayor de tener un estilo de vida saludable y libre de drogas.

Si el resultado del análisis por hepatitis C es positivo, usted puede solicitar cuidado médico continuado para supervisar y posiblemente tratar su infección. Su médico también puede aconsejarlo sobre cómo mantenerse saludable. Si usted espera a analizarse o consultar a su médico hasta que se declare una enfermedad severa del hígado, puede ser demasiado tarde para recibir un tratamiento eficaz, y mientras tanto, puede haber propagado la infección a otras personas.

Si usted sabe que tiene el VHC, puede obtener información de una gran variedad de fuentes (se mencionan algunas fuentes en la parte

Es ilegal copiar esta página. No copie este material sin el permiso escrito de la editorial.

posterior de este folleto) de cómo mantenerse saludable y proteger a su hígado de daños. Usted puede explorar opciones de tratamiento. Debe tomar precauciones de no transmitir el virus a otras personas. Usted y su pareja sexual pueden tomar decisiones informadas sobre cómo protegerse, cómo usar condón, para reducir el riesgo de transmitir la enfermedad a través del sexo. Además, su pareja puede ser analizada.

¿QUÉ PASA SI EL RESULTADO ES POSITIVO?

Consulte regularmente con su médico para recibir exámenes.

Su médico puede

- ofrecerle vacunas contra la hepatitis A y B para protegerlo de estos tipos de hepatitis (otras formas de hepatitis son potencialmente más serias para las personas con el VHC);
- monitorear su hígado por daños o avance de la enfermedad;
- considerar o recomendar tratamiento para eliminar el virus o referirlo a un especialista del hígado;
- aconsejarlo sobre los medicamentos, con o sin receta, que pueden aumentar el riesgo de daños al hígado (se deben evitar algunos medicamentos; otros pueden necesitar ajuste de la dosis y un monitoreo cuidadoso).

Deje de beber alcohol.

- Abstenerse de beber alcohol es el paso más importante que usted puede dar para prevenir daño al hígado.
- El alcohol es un veneno para el hígado y puede causar cirrosis.
- Las personas con el VHC que beban alcohol tienen más probabilidades de contraer una enfermedad más severa del hígado.



Deje de consumir drogas ilegales.

- Consumir drogas ilegales puede provocar otras infecciones que causan daños al hígado.
- Compartir instrumentos para el uso de drogas transmite el VHC a los demás.
- Evite usar sustancias químicas, fármacos y drogas que causan daño al hígado.

Lleve un estilo sano de vida.

- Una dieta apropiada es importante para prevenir daños al hígado.
- Una buena dieta y ejercicio pueden hacerlo sentir bien y prevenir otras enfermedades que complican la infección del VHC.

Las vitaminas y los tratamientos con hierbas pueden ser útiles para

Es ilegal copiar esta página. No copie este material sin el permiso escrito de la editorial.

mantener la salud de su hígado, pero estos tratamientos no han sido bien estudiados. Usted debe discutir estos tratamientos con su médico para asegurarse de que no causarán más daños que beneficios.

¿EXISTE UNA CURA?

La hepatitis C es difícil de tratar. Aunque hay medicamentos disponibles para tratar el VHC, no siempre son eficaces. Además, el tratamiento requiere muchos meses y tiene efectos secundarios serios y toxicidad. Es posible que sea muy pronto para saber si las medicaciones disponibles para tratar la infección con VHC resultarán en una cura. En algunas personas, el tratamiento reduce la cantidad de VHC en la sangre durante el tratamiento, pero el virus se multiplica después de que termina el tratamiento. En el 40 a 80 por ciento de los casos (dependiendo del tipo de virus), no se puede detectar el virus después del tratamiento. Muchos expertos creen que estas personas se curan de la infección, pero nadie sabe con seguridad si ocurre.

¿CÓMO SE TRATA LA HEPATITIS C?

La hepatitis C es tratada con una terapia combinada que usa un tipo de interferón inyectable y píldoras de ribavirin. En la mayoría de los casos, el tratamiento debe continuarse por cuarenta y ocho semanas. La duración del tratamiento y la probabilidad de la “cura” están determinados por una respuesta temprana al tratamiento y el subtipo de virus. Hay seis subtipos del virus de la hepatitis C. En los Estados Unidos, el tipo Uno es el más común y, desgraciadamente, es el que, probablemente, responde menos al tratamiento.

Además de requerir un plazo largo de tratamiento, las medicaciones para el VHC tienen muchos riesgos y efectos secundarios. Casi todos los pacientes se sienten enfermos de los efectos secundarios del tratamiento. En algunas personas, los efectos secundarios son tan

Es ilegal copiar esta página. No copie este material sin el permiso escrito de la editorial.

severos que deciden dejar de tomar los medicamentos antes de completar el tratamiento. Las medicaciones pueden complicar o empeorar otras condiciones médicas. Por esta razón, no todos son candidatos para el tratamiento o, en algunos casos, los médicos deben detener el tratamiento antes de completarlo.

Si el resultado de su análisis del VHC es positivo, usted deberá consultar con su médico las opciones de tratamiento, riesgos, efectos secundarios y tiempo del tratamiento. A menudo su médico recomendará una biopsia del hígado para determinar el daño al hígado debido a la infección. Generalmente, el tratamiento se posterga hasta que hayan suficientes pruebas de daños significantes al hígado. Esto es prudente por las razones siguientes:

- Menos de la mitad de las personas infectadas presentarán complicaciones severas al hígado debido al VHC.
- El avance lento de la infección del VHC brinda tiempo a los médicos para supervisar el avance de la enfermedad e identificar a las personas que están empezando a tener complicaciones.
- Algunas personas tienen más riesgos potenciales que beneficios del tratamiento.
- Los investigadores están trabajando para crear tratamientos más eficaces y tolerables.

Dado que la hepatitis C generalmente avanza muy despacio, muchas personas deciden retardar el tratamiento con la esperanza de que la medicina pueda elaborar tratamientos nuevos, más eficaces y más tolerables.

Como con todas las enfermedades, prevenir la hepatitis C es mejor que el tratamiento. No hay ninguna vacuna para prevenir la hepatitis C. La única manera de prevenir la infección es evitar la exposición al virus.

¿CÓMO PUEDO EVITAR CONTRAER LA HEPATITIS?

Lo que usted haga y cómo lleva su vida son los factores principales para evitar la infección del VHC. Desde que comenzó a analizarse la sangre en 1992, la hepatitis C se propaga principalmente por medio de actividades que Ud. puede controlar. Inyectarse drogas ilegales es la forma más común de propagación de la hepatitis C.

Si consume drogas ilegales, usted debe

- dejar de usar e inyectarse;
- participar y completar un programa de tratamiento por abuso de sustancias adictivas, incluyendo atención postoperatoria y prevención de la recaída;
- vacunarse contra la hepatitis B y la hepatitis A.

Si tiene relaciones sexuales con varias personas o tiene un historial de enfermedades transmitidas sexualmente, usted debe

- entender que la forma más segura de prevenir la hepatitis C, HIV-SIDA y otras enfermedades transmitidas sexualmente es abstenerse de relaciones sexuales o tenerlas con sólo una persona no infectada;
- usar correctamente condones de látex cada vez que tenga sexo, para protegerlo a usted y a su pareja de las enfermedades propagadas por el sexo;
- vacunarse contra la hepatitis B y la hepatitis A.

¿CÓMO PUEDO EVITAR PROPAGAR LA HEPATITIS C?

Si usted tiene hepatitis C, puede prevenir propagarla a los demás de las siguientes formas:

- no donar sangre, órganos, tejidos, ni semen;
- no compartir cepillos de dientes, hojitas de afeitar u otros artículos personales que puedan tener sangre en ellos;
- cubrir cortes y heridas en su piel;

Es ilegal copiar esta página. No copie este material sin el permiso escrito de la editorial.

- no usar o compartir utensilios para usar drogas.

No se debe excluir a las personas de asistir a su trabajo, escuela, o guarderías infantiles por estar infectadas con el VHC. La hepatitis C no se propaga a través de las actividades diarias normales.

¿CÓMO PUEDO OBTENER MÁS INFORMACIÓN?

American Association for the Study of Liver Diseases (AASLD)
1001 North Fairfax, Colección 400,
Alexandria, VA 22314,
703-299-9766
<https://www.aasld.org/eweb/StartPage.aspx>E-correo:
aasld@aasld.org

American Liver Foundation
75 Maiden Lane, Suite 603
New York, NY 10038
1-800-GO-LIVER (1-800-465-4837)
1-888-4-HEP-ABC (1-888-443-7222)
E-mail: webmail@liverfoundation.org
www.liverfoundation.org

Centers for Disease Control and Prevention (CDC)
National Center for HIV/AIDS, Viral Hepatitis, STD, and TB
Prevention
1-800-CDC-INFO (800-232-4636); TTY: 1-888-232-6348
E-mail: cdcinfo@cdc.gov
<http://www.cdc.gov/ncidod/diseases/hepatitis/index.htm>

Hepatitis Foundation International (HFI)
504 Blick Drive
Silver Spring, MD 20904
1-800-891-0707
E-mail: hfi@comcast.net
www.hepfi.org

National Digestive Diseases Information Clearinghouse (NDDIC)
2 Information Way
Bethesda, MD 20892-3570
1-800-891-5389
E-mail: nddic@info.niddk.nih.gov
www.niddk.nih.gov/health/digest/nddic.htm

National Foundation for Infectious Diseases (NFID)
4733 Bethesda Avenue, Suite 750
Bethesda, MD 20814
1-301-656-0003
E-mail: info@nfid.org
www.nfid.org

Hazelden es una organización nacional sin fines de lucro fundada en 1949 que ayuda a las personas a recuperar sus vidas de la enfermedad de la adicción. A través de décadas de conocimiento y experimentación, Hazelden ofrece una propuesta completa a la adicción que aborda una gama amplia de necesidades de los pacientes, familia, y profesionales, incluyendo el tratamiento y asistencia continuada para los jóvenes y los adultos, investigación, estudios en universidades, educación pública y promoción, y publicaciones.

Una vida de recuperación se vive “un día a la vez”. La publicaciones de Hazelden educan e inspiran, apoyando y fortaleciendo una recuperación para toda la vida. En 1954, Hazelden publicó *Twenty-Four Hours a Day* (Veinticuatro horas al día), el primer libro de meditación diaria para alcohólicos en recuperación. Hazelden continúa publicando trabajos para inspirar y guiar a los individuos en tratamiento y en recuperación, así como también a sus seres queridos. Los profesionales que trabajan en la prevención y tratamiento de la adicción recurren a Hazelden para obtener programas de estudios basados en pruebas, materiales informativos y videos para usar en escuelas, programas de tratamiento y programas en centros penales.

A través de sus trabajos publicados, Hazelden extiende un mensaje de esperanza, estímulo, ayuda y apoyo a individuos, familias y comunidades afectadas por la drogadicción y los problemas relacionados.

Para preguntas sobre las publicaciones de Hazelden, por favor llame al **800-328-9000** o **visítenos en hazelden.org/bookstore**.