



**SAN FRANCISCO  
HEALTH PLAN™**

*Here for you*

# Hepatitis A, B y C

**La palabra “hepatitis” significa inflamación del hígado. Cualquier persona puede contraer hepatitis.** Los tipos más comunes son la hepatitis A, hepatitis B y hepatitis C.

El hígado es un órgano que tiene muchas funciones importantes. Elimina los desperdicios de la sangre, combate las infecciones, ayuda a digerir los alimentos, almacena los nutrientes y las vitaminas y almacena energía.

## Hepatitis A

Puede contraer hepatitis A por:

- comer alimentos preparados por una persona infectada que no se lavó las manos después de ir al baño
- beber agua no potable o comer alimentos lavados con agua no potable
- llevarse a la boca un dedo u objeto que entró en contacto con la materia fecal de una persona infectada
- tener relaciones sexuales con una persona infectada

**¿Cuáles son los síntomas?** Los niños pequeños pueden no tener ninguno. Los adultos a menudo presentan los siguientes síntomas:

- heces de color claro
- orina oscura
- somnolencia
- fiebre
- náuseas
- vómitos
- pérdida del apetito
- ictericia (ojos y piel amarillentos)

La hepatitis A a menudo mejora en unas pocas semanas sin tratamiento. Descanse mucho y no beba alcohol.

Para obtener más información, llame a Servicio al Cliente al **(415) 547-7800** o ingrese a **[www.sfhp.org](http://www.sfhp.org)**

**Línea de ayuda de enfermeras gratuita las 24 horas del día, los 7 días de la semana: (877) 977-3397**



*Puede evitar contraer hepatitis A si se vacuna contra esta enfermedad. También puede protegerse a usted mismo contra la hepatitis A de las siguientes maneras:*

- Lávese siempre las manos con agua tibia y jabón después de usar el baño o cambiar pañales y antes de preparar alimentos o comer.
- Use agua envasada para beber, hacer hielo y lavar frutas y verduras cuando esté en un país en vías de desarrollo.



**SAN FRANCISCO  
HEALTH PLAN™**

*Here for you*

## Hepatitis B

Puede contraer hepatitis B a través del contacto con la sangre, el semen u otros líquidos corporales de una persona infectada. Puede contraer hepatitis B por:

- nacer de una madre con hepatitis B
- tener relaciones sexuales con una persona infectada
- hacerse tatuajes o perforaciones con herramientas no esterilizadas que se usaron en una persona infectada
- pincharse accidentalmente con una aguja que se usó en una persona infectada
- usar la afeitadora o el cepillo de dientes de una persona infectada
- compartir agujas para drogas con una persona infectada

La hepatitis B generalmente no presenta síntomas. Cuando las personas tienen síntomas, son como los de la hepatitis A, además de los siguientes: una mayor demora para que las hemorragias se detengan, inflamación del estómago o los tobillos, y tendencia a la formación de hematomas.

Algunas personas que contraen hepatitis B descubren que su cuerpo no puede deshacerse de la enfermedad. Esto se denomina hepatitis B "crónica". Los niños, principalmente los lactantes, son más propensos a contraer hepatitis B crónica, que a menudo no presenta síntomas hasta que aparecen señales de daño hepático. Sin tratamiento, la hepatitis B crónica puede causar problemas hepáticos graves. Sin embargo, la hepatitis B generalmente no se trata a menos que se vuelva crónica.

*Puede evitar contraer hepatitis B si se vacuna contra esta enfermedad.* También puede evitar contraer hepatitis B de las siguientes maneras:

- Use protección de barrera (como un preservativo) al tener relaciones sexuales.
- No comparta agujas para drogas.

- Use guantes si tiene que tocar la sangre de otra persona.
- No use el cepillo de dientes, la afeitadora o cualquier otro objeto ajeno que pudiera tener sangre.
- Asegúrese de que los tatuajes o las perforaciones que se realice estén hechos con herramientas esterilizadas.

## Hepatitis C

Puede contraer hepatitis C de las mismas maneras que la hepatitis B.

*No hay vacuna contra la hepatitis C.* La mayoría de las personas no presenta síntomas hasta que el virus ya causó daño hepático, lo que puede demorar 10 años o más. Otras personas presentan síntomas como los de la hepatitis A y B. Mientras que algunas personas eliminan el virus del cuerpo en unos pocos meses, la mayoría de las infecciones de hepatitis C se vuelven crónicas. La mayoría de las personas con hepatitis C no desarrollan una enfermedad hepática grave. Algunas personas pueden aprovechar los medicamentos que reducen o detienen el daño hepático. Pregunte al proveedor de salud si usted se podría beneficiar con un tratamiento. Puede protegerse a usted mismo y a los demás contra la hepatitis C con las mismas prácticas que emplea para las hepatitis A y B.

No puede contraer hepatitis por alguien que estornuda o tose sobre usted, ni por sentarse junto a una persona que padece hepatitis, ni por abrazar a una persona infectada.

Adaptado de:

[www.digestive.niddk.nih.gov/ddiseases/pubs/hepa\\_ez/](http://www.digestive.niddk.nih.gov/ddiseases/pubs/hepa_ez/)

[www.digestive.niddk.nih.gov/ddiseases/pubs/hepb\\_ez/](http://www.digestive.niddk.nih.gov/ddiseases/pubs/hepb_ez/)

[www.digestive.niddk.nih.gov/ddiseases/pubs/hepc\\_ez/](http://www.digestive.niddk.nih.gov/ddiseases/pubs/hepc_ez/)

[www.ethnomed.org/patient-education/hepatitis/GRID\\_ABC.pdf](http://www.ethnomed.org/patient-education/hepatitis/GRID_ABC.pdf)

Para obtener más información, llame a Servicio al Cliente al **(415) 547-7800** o ingrese a **[www.sfhp.org](http://www.sfhp.org)**

**Línea de ayuda de enfermeras gratuita las 24 horas del día, los 7 días de la semana: (877) 977-3397**