



EL 51% DE LOS PACIENTES CON VHC SON
BABY BOOMERS NACIDOS ENTRE 1945-1965

¿QUÉ PUEDO HACER PARA MANEJAR LA HEPATITIS C?

Llevar un **estilo de vida saludable** es importante para ayudar a manejar la hepatitis C. A continuación, algunas cosas que puedes hacer:

Recuerda hablar con tu médico antes de hacer cualquier cambio en tu estilo de vida.

- Evita tomar alcohol, ya que puede ocasionar más daño al hígado
- Deja de fumar
- No uses drogas ilícitas
- Descansa cuando sientas cansancio
- Haz ejercicios regularmente
- Mantén una dieta saludable

Consulta con tu profesional de la salud antes de usar cualquier medicamento con o sin receta, vitaminas o suplementos. Algunos medicamentos pueden causar daño hepático

¿QUÉ TIPO DE MÉDICO TRATA LA HEPATITIS C?

Una vez diagnosticado, puedes consultar con un especialista en **hepatitis C** que te ayude a definir un plan de manejo; este puede ser un hepatólogo, un gastroenterólogo o un especialista en enfermedades infecciosas.

¡LA HEPATITIS C TIENE CURA!

Hay múltiples opciones de tratamiento disponibles para tratar y posiblemente curar la hepatitis C crónica.

Es importante consultar con un médico especializado en el tratamiento de la **hepatitis C**. Cura significa que el virus de la hepatitis C no es detectable en la sangre (en una prueba hecha por tu médico) meses después de terminar el tratamiento.

El tratamiento actual para la hepatitis C, es altamente efectivo, con tasas de curación cercanas al 100% en muchos casos

CONSEJOS PARA EVITAR INFECTAR A OTRAS PERSONAS CON HEPATITIS C

- No compartas artículos de cuidado personal que podrían tener sangre, como cepillos de dientes, rasuradoras y corta uñas
- No dones sangre, órganos, ni semen
- No tengas relaciones sexuales sin protección. Hay un riesgo de infectar a una pareja sexual con hepatitis C
- Cubre tus heridas y úlceras
- No compartas ningún equipo utilizado para inyectarse drogas con otra persona
- Utiliza siempre agujas, jeringas y equipos de preparación nuevos y estériles (utensilios para cocinar, algodones, agua, corbatas y bastoncillos de alcohol) para cada inyección.

Encuentra más información en:

HEPAPUERTORICO.ORG

UNA INICIATIVA DE VOCESPR



GUÍA PARA PREVENIR Y TRATAR LA HEPATITIS C



La **Hepatitis C** es...

I N V I C I B L E

Hazte la prueba.

HEPAPUERTORICO.ORG
UNA INICIATIVA DE VOCESPR

HEPATITIS: BORREMOS LA C

La **hepatitis C** es una enfermedad hepática grave causada por la infección del virus de la hepatitis C.

Se le conoce como la enfermedad silenciosa, pues las personas pueden estar infectadas y no saberlo.

La hepatitis C a menudo se describe como “aguda” que significa una nueva infección (menos de 6 meses) o “crónica”, que significa infección de por vida.

¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS DE LA INFECCIÓN AGUDA POR HEPATITIS C?

La mayoría de las personas con hepatitis C aguda generalmente no tienen síntomas o tienen síntomas leves.

El tiempo promedio para desarrollar síntomas de hepatitis C aguda varía de 2 a 12 semanas. Estos pueden incluir:

- | | |
|---|---|
|  Fiebre |  Ictericia |
|  Dolor abdominal |  Cansancio |
|  Orina oscura |  Náuseas o vómitos |
|  Pérdida de apetito |  Dolor en articulaciones |
|  Heces de color arcilloso | |

APROXIMADAMENTE 40 % DE LAS PERSONAS QUE VIVEN CON HEPATITIS C NO SABEN QUE ESTÁN INFECTADAS

PRUEBA REFLEX: DOS RESPUESTAS, UNA TOMA.
DETECTA Y CONFIRMA LA HEPATITIS C SIN DEMORAS.

¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS DE HEPATITIS C CRÓNICA?

La **hepatitis C** puede no causar síntomas o manifestarse con fatiga y depresión. Durante los primeros seis meses, la infección se considera aguda. Menos de la mitad de las personas eliminan el virus sin tratamiento; quienes no lo logran desarrollan **hepatitis C crónica**, una enfermedad grave que puede causar problemas de salud a largo plazo.

¿QUÉ LE HACE LA HEPATITIS C AL HÍGADO?

La **hepatitis C** puede causar cirrosis, cáncer de hígado e insuficiencia hepática. La cirrosis ocurre cuando el tejido sano del hígado es reemplazado por cicatrices, lo que impide que el órgano funcione correctamente.

El **daño crónico** también puede provocar el crecimiento de células cancerosas. En casos avanzados, el hígado pierde la capacidad para realizar sus funciones vitales, poniendo en riesgo la salud.

¿POR QUÉ ES IMPORTANTE EL HÍGADO?

El **hígado es un órgano vital** que filtra la sangre, elimina toxinas y convierte los alimentos en nutrientes. También almacena vitaminas, grasas y azúcares para cuando el cuerpo los necesita.

Además, produce bilis para ayudar a digerir las grasas. Muchas personas con **hepatitis C** no saben que están infectadas, porque no siempre se sienten enfermas ni tienen síntomas visibles.

¿CÓMO PREVENIR LA HEPATITIS C?

Si bien no existe ninguna vacuna para **prevenir la hepatitis C**, existen maneras de reducir el riesgo de infectarse.

- Evite compartir o reusar agujas, jeringuillas o cualquier otro equipo utilizado para preparar e inyectar drogas, esteroides, hormonas u otras sustancias.
- No use elementos personales que puedan haber estado en contacto con la sangre de una persona infectada, incluso en cantidades muy pequeñas como para verse, como monitores de glucosa, máquinas de afeitar, cortaúñas o cepillos de dientes.
- No se haga tatuajes, *piercings* corporales o maquillajes permanentes en instalaciones sin licencia o en un entorno informal.

PRUEBAS

Para diagnosticar la **hepatitis C**, su profesional de la salud puede recomendarle una prueba Reflex.

- La **prueba Reflex** se utiliza para detectar si una persona está infectada por el virus de la hepatitis C (VHC) y realizar una prueba de confirmación si el resultado es anormal.

O pueden recomendar el protocolo con prueba de anticuerpos contra la hepatitis C o la prueba del ARN.

- La **prueba de anticuerpos** contra la hepatitis C muestra si has estado expuesto/a al virus de la hepatitis C.
- La **prueba del ARN** muestra si actualmente tienes una infección de hepatitis C.

HAZTE LA PRUEBA DE HEPATITIS C.