



HEPATITIS B

HÁGASE LA PRUEBA DE DETECCIÓN. VACÚNESE.





Índice

La hepatitis B y el hígado | 1

Hágase la prueba de detección: sepa si tiene o no hepatitis B | 5

Vacúnese: protéjase a sí mismo y a otros | 8

Reciba atención y tratamiento | 8

Vivir con hepatitis B | 10

El embarazo, los niños y la hepatitis B | 14

Información y recursos | 16

La hepatitis B y el hígado

Hepatitis significa inflamación del hígado. El hígado lo mantiene sano de muchas formas. Elimina toxinas del cuerpo y convierte los nutrientes de los alimentos en energía.

La hepatitis B puede causar problemas de salud graves, incluyendo cicatrices en el hígado, insuficiencia en el hígado, cáncer de hígado y muerte prematura. Hay diferentes tipos de hepatitis.

La hepatitis B es causada por el virus de la hepatitis B que infecta y ataca el hígado.

La hepatitis B puede prevenirse con una vacuna segura y puede tratarse para ralentizar o frenar un daño grave en el hígado.

Las personas que tienen hepatitis B pueden tener una vida larga y saludable.



241 000 personas
en la ciudad de Nueva
York tienen hepatitis B.



2.2 millones
de personas en los Estados
Unidos tienen hepatitis B.

¿Cómo se contrae la hepatitis B?

La hepatitis B puede transmitirse de una persona a otra por sangre, semen y fluidos vaginales. Algunas maneras frecuentes de transmitir la hepatitis B incluyen:

- Durante el parto; una embarazada con hepatitis B puede transmitir la enfermedad al recién nacido.
- Tener sexo sin una barrera física, como condones o barreras bucales, con una persona con hepatitis B.
- Compartir o reutilizar agujas, equipo médico o para inyección, como para insulina, medidores de glucosa, consumo de drogas, esteroides, tatuajes o acupuntura.
- Compartir artículos de cuidado personal, como rasuradoras, cepillos de dientes o cualquier artículo que podría haber tocado sangre, semen o fluidos vaginales.

El contacto casual es seguro

Las personas con hepatitis B no deben excluirse del trabajo, de la escuela, de las actividades recreativas ni de la guardería.

Usted no puede transmitir la hepatitis B:

- compartiendo utensilios para comer, vasos, agua o comida;
- estornudando, tosiendo, besando, abrazando o dando la mano.



Fases de la hepatitis B

La hepatitis B aguda es una nueva infección. La mayoría de los adultos que contraen hepatitis B combate la infección sin tratamiento en seis meses. Si combate la hepatitis B durante la etapa aguda, desarrolla inmunidad, lo que significa que está protegido de contraer hepatitis B. Las personas con un sistema inmunitario débil, como bebés, niños o personas con VIH, tienen menos probabilidades de combatir la hepatitis B durante la fase aguda de la infección.

La hepatitis B crónica es una infección permanente o para toda la vida que se desarrolla cuando el cuerpo no puede eliminar el virus en seis meses. La mayoría de las personas con hepatitis B crónica se contagiaron cuando eran bebés o niños muy pequeños.



Síntomas de la hepatitis B

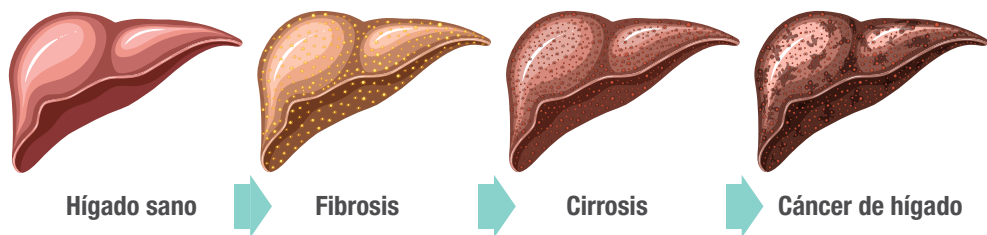
Los signos y los síntomas de la hepatitis B aguda pueden ser fiebre, fatiga, pérdida de apetito, náuseas, vómitos, dolor abdominal, orina oscura, heces de color gris, dolor en articulaciones o ictericia (coloración amarillenta de la piel o los ojos). Estos síntomas suelen desaparecer después de unas pocas semanas.

La mayoría de las personas con hepatitis B crónica no tiene síntomas durante muchas décadas y puede no tener conocimiento de la infección, pero aun así transmitir el virus. Cuando los síntomas aparecen, suelen ser un signo de una enfermedad avanzada en el hígado, cuando el hígado ya no puede cumplir su función. La única forma de saber si tiene hepatitis B es hacerse la prueba de detección.



Cómo afecta la hepatitis B crónica a la salud

Las personas con hepatitis B crónica pueden presentar daño grave en el hígado, incluyendo cicatrices, fibrosis (daño moderado en el hígado) y cirrosis (daño grave en el hígado). El daño en el hígado suele ocurrir lentamente, en veinte a treinta años. Las personas con hepatitis B crónica están en riesgo de contraer cáncer de hígado en cualquier etapa de la enfermedad y deben someterse a un examen de detección de cáncer de hígado cada seis meses.



Hágase la prueba de detección: sepa si tiene o no hepatitis B

Pídale a su proveedor de atención de salud que le haga la prueba de detección de hepatitis B si está en riesgo.

¿Está usted en riesgo de contraer hepatitis B?

Si responde "sí" a las siguientes preguntas, hágase la prueba de detección de la hepatitis B:

- ¿Tenía la persona que le dio a luz hepatitis B cuando usted nació?
- ¿Nacieron usted o sus padres en un país con alto índice de hepatitis B? (Consulte la lista en la siguiente página).
- ¿Tiene alguna de sus parejas sexuales hepatitis B?
- ¿Es usted un hombre que tiene sexo con hombres?
- ¿Vive con alguien que tiene hepatitis B?
- ¿Tiene usted VIH?
- ¿Alguna vez se ha inyectado drogas o ha compartido equipo para el consumo de drogas (como agujas, calentadores, algodón, pajillas o agua para enjuague)?



Lugares donde la hepatitis B es frecuente

La hepatitis B es muy frecuente en los países* que figuran abajo.

Si nació en un país de esta lista, debe hacerse la prueba de detección de la hepatitis B.**

REGIÓN DE ÁFRICA

Todos los países excepto Seychelles

REGIÓN DE AMÉRICA

Belice, Colombia, República Dominicana, Ecuador, El Salvador, Guayana Francesa, Guatemala, Haití, Honduras, Jamaica, Perú, Puerto Rico, Surinam, partes de Brasil, sur de Colombia, norte de Bolivia y poblaciones indígenas de América del Norte

REGIONES DEL MEDITERRÁNEO ORIENTAL Y EL SUDESTE DE ASIA

Bangladesh, Bután, Yibuti, Palestina (Franja de Gaza), India, Kuwait, Libia, Birmania, Omán, Pakistán, Arabia Saudita, Somalia, Sri Lanka, Sudán, Siria, Tailandia, Túnez, Emiratos Árabes Unidos y Yemen

REGIÓN DE EUROPA

Albania, Azerbaiyán, Belarús, Bulgaria, Croacia, Chipre, Georgia, Italia, Kazajstán, Kosovo, Kirguistán, Moldavia, Rumania, Rusia, Serbia, Tayikistán, Turquía y Uzbekistán

REGIÓN DEL PACÍFICO OCCIDENTAL

Brunéi Darussalam, Camboya, China, Fiji, Kiribati, Laos, Islas Marshall, Micronesia, Mongolia, Nauru, Nueva Zelanda, Niue, Palaos, Papúa Nueva Guinea, Filipinas, Corea del Sur, Samoa, Singapur, Islas Salomón, Tahití, Tonga, Tuvalu, Vanuatu y Vietnam

* Países donde la prevalencia (número de personas recién diagnosticadas con hepatitis B que tienen la enfermedad) de la hepatitis B crónica es mayor del 2 %.

** Regiones según la Organización Mundial de la Salud.

Comprenda los resultados de la prueba de la hepatitis B

Su proveedor de atención de salud puede hacerle algunas de estas pruebas para confirmar si usted tiene hepatitis B.

Resultados	Pruebas			Significado de los resultados	Sigüientes pasos
	Antígeno de superficie de la hepatitis B (HBsAg)	Anticuerpos de superficie de la hepatitis B (anti-HBs)	Anticuerpos del núcleo de la hepatitis B (anti-HBc)		
	-	-	-	Sin infección por hepatitis B ni inmunidad a la hepatitis B. En riesgo de contraer hepatitis B.	Vacúnese.
	-	+	+	Desarrolló inmunidad combatiendo la infección por hepatitis B. Asegúrese de que su proveedor de atención de salud sepa que usted tuvo hepatitis B en el pasado.	No necesita vacuna.
	-	+	-	Desarrolló inmunidad completando la serie de vacunas contra la hepatitis B.	No necesita vacuna.
	+	-	+	Actualmente tiene hepatitis B.	Busque la atención de un proveedor de atención de salud que trate la hepatitis B. Se necesitan más pruebas.
-	-	+	Resultados poco claros: posible infección actual o pasada.	Busque la atención de un proveedor de atención de salud que trate la hepatitis B. Se necesitan más pruebas.	

- significa un resultado negativo de la prueba
- + significa un resultado positivo de la prueba

Vacúnese: protéjase a sí mismo y a otras personas

Si no tiene hepatitis B y no es inmune, vacúnese para prevenir la hepatitis B. La vacuna contra la hepatitis B se da en una serie de dos o tres dosis, y es segura y eficaz.

Usted es inmune a la hepatitis B si:

- Estuvo expuesto a hepatitis B en el pasado, pero su cuerpo combatió el virus. Solo puede saberlo haciéndose la prueba de la hepatitis B.
- Lo vacunaron con éxito. Consulte a su proveedor de atención de salud para verificar si la vacuna funcionó para usted.

Reciba atención y tratamiento

Es importante recibir atención médica de un proveedor de atención de salud que tenga experiencia con hepatitis B. Su proveedor de atención de salud puede hacerle otras pruebas para averiguar cómo la hepatitis B afecta a su salud, entre ellas:

- **pruebas de ADN de la hepatitis B** para determinar la cantidad de virus de la hepatitis B en la sangre;
- **pruebas de la función del hígado** para medir el grado de inflamación del hígado;
- **ultrasonido del hígado o fibroscan** para determinar el daño en el hígado con una imagen de la forma, el tamaño o la rigidez del hígado;
- **pruebas de detección de cáncer de hígado** usando análisis de sangre y ultrasonido.



Se recomienda que los adultos con hepatitis B se hagan pruebas de detección de cáncer de hígado cada seis meses.



Incluso si se siente saludable, la hepatitis B podría estar dañándole el hígado. Consulte a un proveedor de atención de salud que tenga experiencia en tratar la hepatitis B para controlar la salud del hígado y el estado de la hepatitis B.

Consulte a su proveedor de atención de salud sobre el tratamiento de la hepatitis B

Los medicamentos antivirales para la hepatitis B pueden ralentizar o frenar el daño del virus al hígado.

Si está en tratamiento de la hepatitis B, tome sus medicamentos según lo indicado para evitar el daño del virus al hígado. No deje de tomar los medicamentos sin antes hablar con su proveedor de atención de salud.

Haga a su proveedor de atención de salud estas preguntas importantes sobre los siguientes pasos y cómo vivir con hepatitis B:

- ¿Cuál es la carga viral de la hepatitis B en el ADN?
- ¿Qué grado de daño en el hígado tengo?
- ¿Necesito un tratamiento antiviral para la hepatitis B?
- ¿Necesito que me vacunen contra la hepatitis A para proteger la salud del hígado?
- ¿Qué debo hacer para proteger el hígado todos los días?
¿Qué debo evitar?
- ¿Es seguro que tome mis otros medicamentos, incluyendo medicamentos de venta sin receta médica, acetaminofén (Tylenol), hierbas medicinales, vitaminas y suplementos?
- ¿Cómo puedo proteger de la hepatitis B a las personas con las que vivo o con las que tengo sexo? ¿Cuándo deberían hacerse pruebas y vacunarse?

Vivir con hepatitis B

Las personas que tienen hepatitis B pueden tener una vida larga y saludable. Estas son algunas maneras de proteger su salud.

Evite el alcohol.

El alcohol daña el hígado. Lo más seguro para su salud es no beber alcohol en absoluto. Reducir el consumo también ayuda. Para recibir apoyo para reducir el consumo de alcohol, consulte a su proveedor de atención de salud o lea la sección de Información y recursos para encontrar más servicios de apoyo, incluyendo NYC Well (NYC Sana).

Consulte a su proveedor de atención de salud antes de tomar remedios naturales o medicamentos de venta sin receta médica.

Consulte a su proveedor de atención de salud antes de tomar medicamentos de venta sin receta médica, hierbas medicinales, vitaminas o suplementos, ya que pueden ser peligrosos para el hígado. Estos incluyen acetaminofén, hierro, hierbas u otros suplementos naturales y vitaminas. Dígale a su proveedor de atención de salud que tiene hepatitis B para que pueda ayudarlo a evitar medicamentos que puedan dañar el hígado o empeorar la hepatitis B.

Prevenga el hígado graso y controle enfermedades crónicas.

El hígado graso, una acumulación de grasa extra en el hígado, puede causar daño en el hígado. El consumo excesivo de alcohol, la diabetes o la obesidad pueden causar hígado graso, lo que puede empeorar la hepatitis B. Consulte a su proveedor de atención de salud cómo prevenir el hígado graso y controlar enfermedades crónicas.

Vacúnese contra la hepatitis A.

La hepatitis A es otro virus que puede dañar el hígado. Las personas con hepatitis B pueden tener una enfermedad más rápida y más grave o mortal si contraen la infección por hepatitis A.

Reduzca los daños y tenga sexo más seguro.

Para evitar la exposición a la sangre, no comparta ni reutilice equipo médico ni suministros para el consumo de drogas y use barreras físicas durante el sexo.

Busque ayuda

Comparta sus sentimientos al recibir un diagnóstico de hepatitis B con su proveedor de atención de salud y con personas de su confianza.

Tener hepatitis B no siempre es fácil, pero hablar con su proveedor de atención de salud y personas de su confianza puede ayudarle a manejar sus sentimientos y a conseguir la ayuda que necesita. Consiga apoyo para vivir con hepatitis B llamando a la Fundación Americana del Hígado al 800-465-4837. Lea la sección Información y Recursos para obtener más información.

Para conocer a otras personas que tienen hepatitis B y aprender de ellas, visite hepb.org/research-and-programs/patient-story-telling-project.



Proteja a otros de la hepatitis B

Como puede transmitir la hepatitis B a otros, debe animar a las personas de su grupo familiar, a las personas con las que tiene sexo y a las personas con las que comparte agujas, equipo médico o para inyección a que se hagan la prueba de detección y se vacunen contra la hepatitis B.

- No comparta ni reutilice equipo médico. Asegúrese de que siempre se use un equipo nuevo o estéril para acupuntura, tatuajes o inyecciones (por ejemplo, agujas para insulina, esteroides o medicamentos).
- No comparta ni reutilice suministros para el consumo de drogas. Solo use equipo o piezas nuevas o estériles, como agujas, jeringas, algodones, vasos, ligas, rasuradoras, cortadoras, agua para enjuague, estufas, pajillas o pipas.
- Use barreras físicas, como condones o barreras bucales, durante el sexo hasta que su pareja esté totalmente vacunada y sea inmune a la hepatitis B.
- No comparta artículos de cuidado personal, como agujas, rasuradoras, cepillos de dientes ni ningún otro artículo que podría haber tocado sangre, semen o fluidos vaginales.
- Cubra sus cortes y heridas abiertas con vendajes y asegúrese de que otros no toquen su sangre.
- Lávese bien las manos después de tocar su sangre o fluidos corporales, como semen o fluidos vaginales.
- Limpie la sangre derramada con una solución de cloro preparada con una parte de cloro y nueve partes de agua.

Si usted o alguien que conoce estuvo expuesto recientemente a la hepatitis B, busque profilaxis posexposición a la hepatitis B.

Llame a su proveedor de atención de salud de inmediato y pregunte por la inmunoglobulina contra la hepatitis B, un medicamento que puede ayudar a detener la propagación del virus en el cuerpo. Para que sea eficaz, debe administrarse en un plazo de siete días después de la exposición.



El embarazo, los niños y la hepatitis B

El embarazo y la hepatitis B

Todas las embarazadas deben hacerse la prueba de detección de la hepatitis B en cada embarazo. Si está embarazada y tiene hepatitis B, consulte a su proveedor de atención de salud sobre cómo prevenir la transmisión de la hepatitis B a su hijo durante el parto.

Para prevenir la hepatitis B, su bebé debe recibir una dosis de la vacuna contra la hepatitis B (la dosis al nacer) y una dosis de inmunoglobulina contra la hepatitis B inmediatamente después del nacimiento, antes de las doce horas después del parto. Asegúrese de incluir esta información en su plan de parto.

El recién nacido deberá completar la serie de vacunas contra la hepatitis B en los primeros nueve meses de vida. Los niños deben hacerse las pruebas de detección de la hepatitis B después de completar la serie de vacunas contra la hepatitis B para asegurarse de que hayan desarrollado inmunidad. Las pruebas deben completarse después de los 9 meses de edad.

Solicite a su proveedor de atención de salud que controle el estado de la hepatitis B y la salud del hígado periódicamente durante el embarazo y después del parto.



Si necesita ayuda o apoyo con el amamantamiento o la nutrición, consulte a su proveedor de atención de salud o al del recién nacido. También puede visitar wicstrong.com o llamar a la línea directa de Growing Up Healthy (Crecer sanos) al 800-522-5006.

La hepatitis B no se transmite por la leche materna, a menos que tenga sangre. No comparta alimentos que hayan estado en su boca. No mastique la comida del bebé antes de dársela.



Consulte a su proveedor de atención de salud si tiene preguntas sobre cómo tomar medicamentos antivirales para la hepatitis B si está embarazada o amamantando. No deje de tomar medicamentos sin antes hablar con su proveedor de atención de salud.

Los niños y la hepatitis B

Vacunarse es la mejor manera de prevenir la hepatitis B. Todos los niños deben completar la serie de vacunas contra la hepatitis B y hacerse pruebas de detección para asegurarse de que hayan desarrollado inmunidad. Si su hijo tiene hepatitis B, es importante que reciba la atención de un proveedor de atención de salud que tenga experiencia en la hepatitis B.

Si su hijo tiene hepatitis B, usted no tiene que informar a maestros, a proveedores de cuidado infantil, a otros niños ni a sus padres. Todos deben tomar precauciones generales para prevenir la transmisión de enfermedades infecciosas.

Información y recursos

Encuentre más información sobre la hepatitis B.

Departamento de Salud y Salud Mental de NYC

Llame al **311** y pregunte sobre la "hepatitis B" o visite nyc.gov/health/hepb.

Fundación Hepatitis B

Llame al 215-489-4900 o visite hepb.org. La información está disponible en varios idiomas.

Fundación Americana del Hígado

Llame al 800-465-4837 o visite liverfoundation.org.

Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades

Visite cdc.gov/knowhepatitisb. La información está disponible en varios idiomas.

Encuentre atención asequible para la hepatitis B cerca de usted en el Departamento de Salud de NYC

Visite nyc.gov/health/hepb.

Encuentre atención médica de bajo costo para la hepatitis B en hospitales públicos de NYC

Visite nyc.gov/health/map.

NYC Well (NYC Sana)

NYC Well (NYC Sana) es una línea de ayuda gratis y confidencial para salud mental y consumo de drogas. Está disponible las veinticuatro horas del día, los siete días de la semana en más de doscientos idiomas.

- Llame al 888-692-9355.
- Envíe la palabra "WELL" al 65173.
- Visite nyc.gov/nycwell.

Encuentre un seguro médico

Para hablar gratis con un consejero sobre cómo inscribirse para un seguro médico de bajo costo o sin costo, visite nyc.gov/health y busque "get covered" (conseguir cobertura), envíe la palabra "CoveredNYC" al 877-877 o llame al **311**.

Encuentre otros beneficios y programas

Para encontrar servicios adicionales, visite access.nyc.gov. La información está disponible en varios idiomas.

Hep B Community Coalition (Coalición de la comunidad con hepatitis B)

Para obtener más información sobre la coalición de la comunidad del Departamento de Salud de NYC, visite hepfree.nyc.



