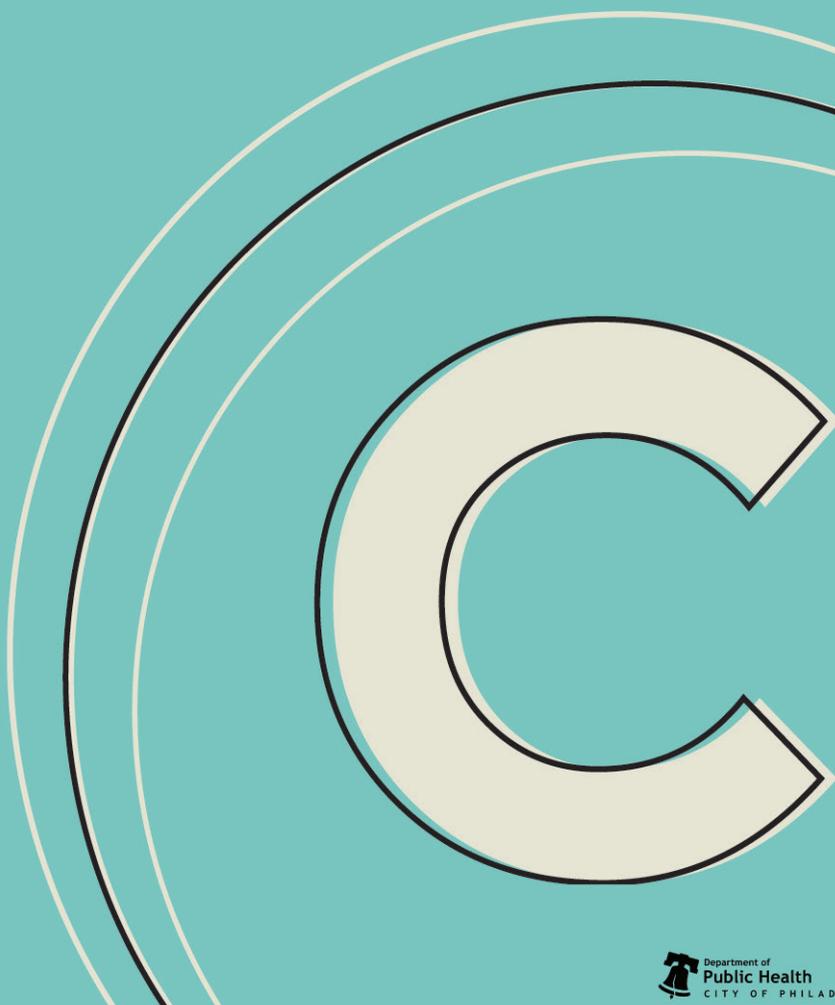




PHILLY HEPATITIS

RESPUESTAS SOBRE LA HEPATITIS



ÍNDICE DE CONTENIDOS

¿QUÉ ES LA HEPATITIS C?	2
¿CÓMO SE CONTAGIA LA HEPATITIS C?	4
¿CÓMO AFECTA LA HEPATITIS C AL CUERPO?	6
¿LA HEPATITIS C AFECTA EL EMBARAZO?	8
¿CÓMO ME REALIZO LA PRUEBA PARA HEPATITIS C?	9
¿CÓMO ME REALIZO UN TRATAMIENTO PARA LA HEPATITIS C?	10
¿CÓMO RECIBO TRATAMIENTO SI NO TENGO SEGURO?	11
¿CÓMO EVITO CONTAGIAR LA HEPATITIS C A OTRAS PERSONAS?	12
¿CÓMO MANTENGO UNA BUENA SALUD CUANDO VIVO CON HEPATITIS C?	14
RECURSOS ADICIONALES	16
CENTROS DE SALUD DE FILADELFIA	17

La información que se presenta en este cuadernillo es solo a fines educativos y no reemplaza el asesoramiento médico. El Departamento de Salud Pública (Department of Public Health) de Filadelfia no respalda ni se opone a ninguna opción de tratamiento presentada aquí y recomienda que hable con su proveedor de cuidados de salud sobre todas las opciones de tratamiento. La lista de recursos mencionados no es la más completa, sino que es una muestra de las opciones disponibles.

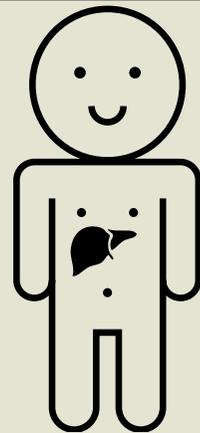
¿QUÉ ES LA HEPATITIS C?

HEPATITIS C

La hepatitis C es causada por un virus que infecta el hígado. Es la infección más común en EE. UU. que se contagia por sangre. Aproximadamente un 3.5% de los residentes de Filadelfia viven con hepatitis C. Esto equivale a aproximadamente **55,000 personas**, ¡Mas que suficiente como para llenar nuestro estadio de baseball! El virus se contagia cuando la sangre de una persona infectada ingresa en el flujo sanguíneo de otra persona que no está infectada. No siempre las personas con hepatitis C tienen síntomas, por lo que realizarse pruebas es importante para prevenir una enfermedad hepática y no diseminar el virus a otros.

HEPATITIS C Y SU HÍGADO

El hígado cumple muchas funciones importantes de las que su cuerpo depende para mantenerse vivo. El hígado limpia la sangre, ayuda a digerir los alimentos y ayuda al cuerpo a almacenar y usar la energía. ¡Su vida depende de su hígado! Si la prueba de hepatitis C da positiva, es importante recibir tratamiento para impedir que el virus cause cicatrices y otros daños que pueden hacer que el hígado deje de funcionar. ¡Buenas noticias: existen medicamentos que pueden **CURAR** el virus en la mayoría de las personas que viven con hepatitis C!



LA HEPATITIS C TIENE DOS FASES

Existen dos fases de la infección por hepatitis C. Su cuerpo reacciona a cada fase de diferentes maneras.

1.

Aguda

La hepatitis C aguda es la infección que ocurre en el primero año después del contagio. 3 de cada 10 adultos que están expuestos a hepatitis C “se liberarán” del virus, lo que significa que sus cuerpos han combatido o curado el virus por su cuenta.

2.

Crónica

En 7 de cada 10 adultos que están expuestos a hepatitis C, el virus permanecerá en su cuerpo como una infección a largo plazo. La hepatitis C crónica puede causar daños graves en el hígado. ¡Afortunadamente, hoy en día la medicación puede **curar** a la mayoría de las personas que tienen el virus de la hepatitis C!

¿CÓMO SE CONTAGIA LA HEPATITIS C?

CONTACTO DE SANGRE CON SANGRE

El virus de la hepatitis C se contagia mediante el contacto de sangre con sangre. Para contagiarse de hepatitis C, la sangre de una persona infectada debe ingresar en el flujo sanguíneo de otra persona que no está infectada. La hepatitis C **NO** se contagia por estornudos, tos, besos, abrazos o por compartir utensilios, alimentos o agua. No puede contagiarse por contacto casual, como un apretón de manos o una charla. Hepatitis puede sobrevivir en la sangre fuera del cuerpo hasta 6 semanas.

Los Centros para el Control y la Prevención de enfermedades recomiendan que todas personas 18 años y mayores deberían realizarse una prueba de hepatitis C. Ciertas personas tienen un riesgo más elevado de contraer la hepatitis C si han:

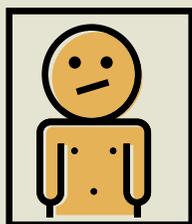
- Compartidos instrumentos de inyectar drogas
- Recibido un tatuaje o una perforación de cuerpo en una facilidad sin licencia, por ejemplo, una cárcel
- Sido encarcelado
- Personas nacidas durante el boom de natalidad de la posguerra entre los años 1945 y 1965
- Nacido de una persona infectada con la hepatitis C
- Estado en diálisis de los riñones
- Recibido una transfusión de sangre, trasplante de órganos, a unos productos de sangre antes de 1992 o a unos factores de coagulación antes de 1987
- Tenido contacto con sangre de una persona infectada de hepatitis C
- Tenido relaciones sexuales sin protección con una persona infectada con hepatitis C y que hay un potencial de intercambio de sangre

¿CÓMO AFECTA LA HEPATITIS C A MI CUERPO?

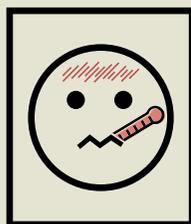
INFECCIÓN AGUDA

La etapa aguda de la hepatitis C sucede justo después de que la persona entra en contacto con el virus. **La mayoría de las personas NO tiene síntomas** que le avisen que están enfermas.

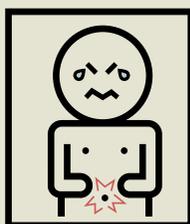
Los síntomas aparecen entre las 2 semanas y los 6 meses después de la exposición (conocido como “período de incubación”) y, por lo general, son leves y parecidos a los síntomas de la gripe. Los síntomas incluyen:



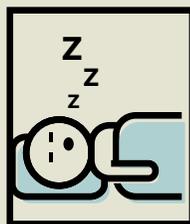
Piel u ojos amarillentos (ictericia)



Fiebre



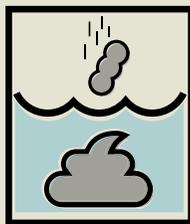
Dolor abdominal



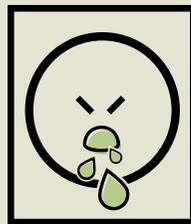
Cansancio permanente



Orina oscura (pis)



Heces grises (caca)



Náuseas o vómitos

INFECCIÓN CRÓNICA

Pese a que la mayoría de las personas con hepatitis C crónica nunca tienen síntomas, la enfermedad puede tener consecuencias a largo plazo. Sin tratamiento, la hepatitis C puede causar daño hepático, que incluye cirrosis (fibrosis hepática), falla hepática y cáncer hepático. Si tiene una infección crónica, es probable que usted no note ningún síntoma evidente hasta que su sistema inmune esté muy debilitado o hasta que su hígado comience a fallar.

¡No espere hasta sentirse enfermo para realizarse la prueba o recibir tratamiento!

Se dice que la hepatitis C es un **asesino silencioso**, ya que si usted espera que aparezcan los síntomas, puede ser muy tarde para revertir los daños que sufrió su hígado. Afortunadamente, puede prevenirse una enfermedad grave.

Si usted piensa que pudo haber estado expuesto a la hepatitis C, busque un médico y hágase la prueba lo antes posible. Si la prueba resulta positiva, **existen medicamentos que pueden CURAR el virus.**

¿LA HEPATITIS C AFECTA EL EMBARAZO?

DE PERSONA EMBARAZADA A HIJO

Existe una posibilidad de entre el 5 y el 10% de que la hepatitis C pase de una persona infectada al bebé durante el embarazo o en el momento del parto. Si su bebé resulta infectado con hepatitis C, existe el riesgo de que sufra daño hepático si no se le realiza la prueba y se le brinda tratamiento.

Si usted está embarazada y tiene hepatitis C, infórmelo a su médico y al médico de su hijo. El pediatra debe hacerle la prueba de la hepatitis C cuando su hijo o hija sea 2 meses o mayor. Si su hijo/a tiene hepatitis C, podrá recibir tratamiento a partir de los 3 años de edad y la infección puede curarse.

¿Necesita ayuda?

Si usted está embarazada y la prueba de hepatitis C le dio positiva, puede recibir ayuda del Perinatal Hepatitis C Program (Programa Perinatal para la Hepatitis C) del Departamento de Salud Pública de Filadelfia (Philadelphia Department of Public Health). Para obtener más información, llame al 215-685-6493.

¿CÓMO ME REALIZO LA PRUEBA PARA HEPATITIS C?

DOS PRUEBAS EN SANGRE

Para saber si usted tiene hepatitis C, tendrá que realizarse dos pruebas diferentes en la sangre:

- **Prueba de anticuerpos** – La prueba de anticuerpos se considera una prueba “de revisión”. Una prueba positiva de anticuerpos significa que usted ha estado **expuesto** al virus de la hepatitis C. Esta prueba no puede revelar si la infección es nueva (aguda), crónica (a largo plazo) o si la infección no existe porque su cuerpo la curó por sus propios medios.
- **Prueba de ARN** – La prueba de ARN (también conocida como prueba de RCP) se considera una prueba “de confirmación”. Esta prueba verifica si el virus de la hepatitis C sigue presente en su sangre. Una prueba de ARN positiva significa que usted tiene hepatitis C crónica. La prueba también puede revelar la carga viral (cuánto virus hay en su sangre), lo que es importante para la planificación del tratamiento.

¿Necesita someterse a una prueba de hepatitis C?

Hable con su médico o visite www.phillyhepatitis.org para ver lugares donde puede hacerse la prueba.

¿CÓMO ME REALIZO UN TRATAMIENTO PARA LA HEPATITIS C?

¡VISITE A UN MÉDICO Y CÚRESE!

Existen medicamentos que pueden **CURAR** el virus en la mayoría de las personas en menos de 24 semanas. Los nuevos tratamientos tienen muy pocos efectos secundarios y ya no requieren inyecciones de Interferón. Para recibir tratamiento, usted tiene que consultar a su proveedor de atención primaria al cual se tratará o se referirá a un especialista (por lo general, un hepatólogo, gastroenterólogo o médico clínico especialista en enfermedades infecciosas) que puede tratarle. Visite a www.phillyhepatitis.org para localizar un médico.

¡EVITE LA REINFECCIÓN!

Es posible volver a infectarse con hepatitis C aunque su cuerpo se haya curado de una infección previa o si se curó con medicamentos. Debido a que no existe una vacuna contra la hepatitis C, es importante seguir los pasos en la página 13 a fin de evitar contagiarse nuevamente de hepatitis C.

¿CÓMO RECIBO TRATAMIENTO SI NO TENGO SEGURO?

SI USTED NO TIENE SEGURO

Para realizarse las pruebas o para recibir tratamiento para la hepatitis C, tendrá que inscribirse en un seguro u obtener una cobertura de salud. Visite www.pahealthoptions.com o llame al 877-881-6388 para conocer las mejores opciones para usted.

Para saber si califica para recibir Asistencia Médica (Medicaid), comuníquese con el Departamento de Servicios Humanos (Department of Human Services - DHS) de PA al 866-550-4355 o visite www.compass.state.pa.us.

CENTROS DE SALUD DE FILADELFIA

Los Centros de Salud de la ciudad (mencionados en la página 17) y las clínicas comunitarias (también llamadas FQHC) brindan tratamiento para personas no aseguradas y tienen personal que pueden ayudarle a solicitar un seguro. Para recibir ayuda para buscar una clínica, llame al 3-1-1 o visite www.phillyhepatitis.org.

**¿CÓMO
EVITO
CONTAGIAR
LA HEPATITIS C
A OTRAS
PERSONAS?**

TENGA CUIDADO CON LA SANGRE

La hepatitis C se contagia a través del contacto con sangre infectada. Tome estas medidas para evitar contagiar la hepatitis C a otras personas:

- Nunca comparta agujas, jeringas, algodones, cocinas de droga, agua, pipas, o dispositivos para inhalar si usted se inyecta, fuma, o inhalar sustancias
- No comparta cepillos de dientes, rasuradoras, limas de uñas, cortauñas u otros elementos de cuidado personal que puedan entrar en contacto con sangre
- Cubra todos los cortes y heridas abiertas con vendajes limpios
- Limpie cualquier mancha de sangre con una solución blanqueadora (una parte de lavandina de uso en el hogar en 10 partes de agua)
- Use condones en las relaciones sexuales

Use Elementos Nuevos

Prevention Point Philadelphia (Punto de Prevención de Filadelfia) ofrece jeringas, elementos descartables y otros servicios de ayuda en el centro de atención sin cita previa y en varios sitios móviles. Pase por 2913-15 Kensington Ave, llame al 215-634-5272 o visite www.ppponline.org para más información.

**¿CÓMO
MANTENGO
UNA BUENA
SALUD
CUANDO
VIVO CON
HEPATITIS C?**

¡CUÍDESE!

Hay medidas importantes que puede tomar para mantener su buena salud cuando vive con hepatitis C:

- Vacúnese contra la hepatitis A y hepatitis B. Son infecciones diferentes que también pueden afectar su hígado. La vacuna se coloca en una serie de 3 inyecciones en un período de 6 meses. Estas vacunas son seguras y efectivas.
- Programe consultas regulares con un especialista en hepatitis. Mientras espera el comienzo del tratamiento, los especialistas controlarán su salud y verán si la enfermedad está dañando su hígado.
- Algunos medicamentos pueden acelerar el daño hepático si usted tiene hepatitis C. Consulte con su médico si toma medicamentos de venta libre y/o medicamentos con prescripción para saber si afectan su hígado.
- Evite la ingesta de bebidas alcohólicas. Debido a que el alcohol puede hacer que la hepatitis C dañe su hígado de manera más rápida, usted debe beber menos alcohol o no beber por completo.
- Haga actividad física de manera regular y mantenga una dieta saludable.
- Hable con alguien. Descubrir que tiene hepatitis C puede ser agobiante. Usted puede sentirse triste, enojado, asustado o confundido. Hablar con alguien sobre sus sentimientos puede ser de ayuda. Si necesita más apoyo, hable con su médico.

¿Se siente deprimido?

Hay ayuda inmediata si usted está deprimido, tiene pensamientos suicidas o necesita ayuda para dejar las drogas y/o el alcohol. Llame a la línea directa del Departamento de Salud Conductual (Department of Behavioral Health) las 24 horas del día, los 7 días de la semana al 215-686-4420.

RECURSOS ADICIONALES

PHILLY HEPATITIS

www.phillyhepatitis.org

Información y recursos sobre pruebas, tratamiento y opciones de ayuda dentro de Filadelfia.

HEPATITIS C ALLIES OF PHILADELPHIA (HEPCAP)

www.hepcap.org

HepCAP es la coalición de la ciudad que se dedica a generar conciencia sobre la hepatitis C y a mejorar la prevención, las pruebas y los servicios de tratamiento de hepatitis C. Las reuniones se realizan dos veces al mes. ¡Todos son bienvenidos!

HELP-4-HEP

www.help4hep.org or 877-435-7443

Línea de ayuda entre pares para personas que buscan servicios para la hepatitis C, respuestas a sus preguntas o personas que simplemente necesitan ayuda.

CENTROS PARA LA PREVENCIÓN Y EL CONTROL DE LAS ENFERMEDADES

www.cdc.gov/hepatitis/hcv/index.htm

CENTROS DE SALUD DE FILADELFIA

HEALTH CENTER 1 (CENTRO DE SALUD 1)

Constitution Health Plaza
1930 S. Broad Street, Floor 2
Philadelphia, PA 19146
215-685-6570

(Solo salud sexual y
planificación familiar)

HEALTH CENTER 2 (CENTRO DE SALUD 2)

1700 S. Broad Street, Unit 201
Philadelphia, PA 19145
215-685-1803

HEALTH CENTER 3 (CENTRO DE SALUD 3)

555 S. 43rd Street
Philadelphia, PA 19104
215-685-7504

HEALTH CENTER 4 (CENTRO DE SALUD 4)

4400 Haverford Avenue
Philadelphia, PA 19104
215-685-7601

HEALTH CENTER 5 (CENTRO DE SALUD 5)

1900 N. 20th Street
Philadelphia, PA 19121
215-685-2933

HEALTH CENTER 6 (CENTRO DE SALUD 6)

321 W. Girard Ave.
Philadelphia, PA 19123
215-685-3803

HEALTH CENTER 9 (CENTRO DE SALUD 9)

131 E. Cheltenham Avenue
Philadelphia, PA 19144
215-685-5701

HEALTH CENTER 10 (CENTRO DE SALUD 10)

2230 Cottman Avenue
Philadelphia, PA 19149
215-685-0639

STRAWBERRY MANSION HEALTH CENTER (CENTRO DE SALUD STRAWBERRY MANSION)

2840 Dauphin Street
Philadelphia, PA 19132
215-685-2401



PHILLY HEPATITIS

Para más información sobre hepatitis C o para
obtener ayuda para pruebas y servicios de ayuda,
visite **www.phillyhepatitis.org**