

DIA MUNDIAL DE LA HEPATITIS

¿QUE ES LA HEPATITIS A?

La hepatitis A es una enfermedad del hígado causada por el virus de la hepatitis A (VHA). A diferencia de otros tipos de hepatitis viral, la hepatitis A no causa infecciones crónicas y generalmente no provoca daño hepático a largo plazo.

TRANSMISION

El virus de la hepatitis A se transmite principalmente a través de la ingestión de alimentos o agua contaminados con heces de una persona infectada. Las formas comunes de transmisión incluyen:

- Consumo de alimentos o agua contaminados: Especialmente en áreas con condiciones sanitarias deficientes.
- Contacto cercano con una persona infectada: Incluye relaciones sexuales o vivir en el mismo hogar.
- Manipulación de alimentos: Por una persona infectada que no ha practicado una adecuada higiene de manos.

SINTOMAS

Los síntomas de la hepatitis A pueden variar desde leves a graves y generalmente aparecen de 2 a 7 semanas después de la exposición al virus.

TRATAMIENTO

No existe un tratamiento específico para la hepatitis A. La mayoría de las personas se recuperan completamente sin tratamiento médico. Las recomendaciones generales incluyen:

- Reposo: Para ayudar al cuerpo a combatir la infección.
- Hidratación: Para prevenir la deshidratación causada por vómitos o diarrea.
- Nutrición adecuada: Comer una dieta balanceada y evitar el alcohol, que puede exacerbar el daño hepático.

PREVENCION

La prevención de la hepatitis A es clave para controlar la propagación del virus:

- **Vacunación:** La vacuna contra la hepatitis A es efectiva y se recomienda para:
 - Niños a partir del primer año de vida.
 - Viajeros a áreas con alta prevalencia de hepatitis A.
 - Personas con enfermedades hepáticas crónicas.
 - Usuarios de drogas recreativas.
 - Hombres que tienen sexo con hombres.
 - Personas que trabajan con el virus de la hepatitis A en laboratorios.
- **Higiene:** Lavarse las manos con agua y jabón después de ir al baño, cambiar pañales y antes de preparar o comer alimentos.
- **Seguridad alimentaria:** Evitar consumir alimentos y agua potencialmente contaminados, especialmente en áreas con condiciones sanitarias deficientes. Esto incluye evitar el consumo de mariscos crudos o poco cocidos y asegurarse de que los alimentos se preparen en condiciones higiénicas.

