

# Datos Acerca de la Hepatitis C

**Usted puede tomar medidas para prevenir el contagio con hepatitis C. Si tiene hepatitis C, existen nuevos tratamientos que pueden curar la hepatitis C y mantener su hígado saludable.**

## Para Personas Que Usan Drogas



El uso de drogas inyectables es la forma más común por la cual se adquiere la hepatitis C. Las prácticas de inyección poco seguras lo ponen en riesgo de adquirir hepatitis C. Aún cantidades diminutas de sangre, no visibles, pueden contener el virus de la hepatitis C. Por esto es que la hepatitis C puede transmitirse al compartir equipo de inyección que haya estado en contacto con la sangre de una persona con hepatitis C.

Si está usando drogas, usted puede protegerse y proteger a otros de contagiarse con hepatitis C. Usted puede reducir su riesgo de adquirir o transmitir el virus a otras personas, haciéndose la prueba de hepatitis C, hablando con otras personas acerca de su estatus, siguiendo prácticas seguras de inyección.

**Consejos sobre prácticas  
seguras de inyección  
y reducción de daños**

Distribuido por Harm Reduction Coalition

[www.harmreduction.org](http://www.harmreduction.org)  
212-213-6376

## ¿Qué es la Hepatitis C?

La hepatitis C (VHC) es un virus que puede causar daños al hígado. Este virus se transmite por contacto directo con la sangre de una persona infectada. La sangre de la persona infectada con el virus debe entrar directamente a su corriente sanguínea. Las causas de infección más comunes son las prácticas de inyección poco seguras al compartir agujas y jeringuillas y otro equipo de inyección.

Hepatitis significa inflamación del hígado, que puede ser causada por el consumo excesivo de bebidas alcohólicas, medicamentos u otros factores. Comúnmente, la hepatitis es causada por virus, como la hepatitis A, B y C.

## Hepatitis C y Su Hígado

Inicialmente, cuando una persona contrae la hepatitis C, el virus va al hígado causando inflamación. En algunos casos, la persona elimina espontáneamente la infección mediante una respuesta fuerte del sistema inmunológico, dentro de los primeros seis meses de infección. Sin embargo, la mayoría de las personas desarrollan una infección crónica del VHC.

Algunas personas con hepatitis C crónica no presentan complicaciones relacionadas al hígado, mientras que otras eventualmente desarrollarán daño hepático, llamado cirrosis. Mientras más daño hepático ocurra, pueden desarrollarse otros problemas. Algunas personas con cirrosis pueden desarrollar cáncer del hígado o insuficiencia hepática.

La hepatitis C puede impactar las funciones del hígado, por lo tanto es importante evitar cosas que puedan ser dañinas al hígado y tomar medidas para mantener su hígado saludable.

*Consejos para cuidar el hígado, al dorso.*

**El hígado filtra todo lo que respiramos, comemos, tomamos, inhalamos e inyectamos.**

### Hepatitis C Crónica: Vea a Su Médico

Si usted tiene hepatitis C, es importante que haga una cita con su médico para ver como esta la salud de su hígado. Debido a que la hepatitis C progresa lentamente, debe continuar sus visitas de seguimiento y así evitar complicaciones. En conjunto con su médico, puede decidir qué otras pruebas son necesarias y cuan frecuentes.



## Hágase la Prueba de la Hepatitis C

Hágase la prueba de hepatitis C si ha usado drogas inyectables aún si fue una sola vez. Si su resultado es negativo, puede tomar medidas para reducir su riesgo de contraer el virus. Si su resultado es positivo puede evitar pasar el virus a otros. Infórmese acerca de cómo cuidar su hígado, hable con su médico sobre opciones de tratamiento.

### Dos Pruebas Más Comunes Para Saber Si Tiene Hepatitis C

**Prueba de anticuerpos del VHC:** Un resultado positivo significa que, en algún momento, usted contrajo hepatitis C. Esta prueba es precisa, pero no necesariamente significa que la persona todavía tiene hepatitis C. Para confirmar el resultado, pregúntele a su médico por una prueba diagnóstica.

**Prueba VHC ARN/Prueba diagnóstica:** Esta prueba confirma si la persona, actualmente, está infectada con hepatitis C, detectando el virus en la sangre. Estos resultados pueden ser detectable o indetectable. Si el resultado es detectable significa que la persona tiene hepatitis C crónica (por largo plazo).

## Tratamiento Para la Hepatitis C

Existen nuevos avances para el tratamiento de la hepatitis C que **pueden curar a la mayoría de las personas**. El tratamiento es más fácil actualmente que en el pasado. Generalmente incluye pastillas (no inyecciones) con menos efectos secundarios y toma alrededor de 8 a 10 semanas.

### Tratamiento Para la Hepatitis C.

#### Consideraciones:

- Existe una alta posibilidad de que el tratamiento puede curar la hepatitis C. Esto significa que después del tratamiento, el virus ya no estará presente en su cuerpo. Si usted está curado, ya no transmite el virus a otras personas, pero es importante tomar medidas para prevenir ser reinfectado.
- El tratamiento es más efectivo cuando toma sus pastillas en el horario indicado. Si no sigue las indicaciones, puede que el tratamiento no sea efectivo. Considere cómo va a seguir las indicaciones antes de comenzar el tratamiento.
- Si usted es VIH positivo, el tratamiento de la hepatitis C puede mejorar su salud en general, sus medicamentos para el VIH serán más efectivos y aumentará sus opciones para el tratamiento del VIH.
- Puede que algunas personas tengan dificultad en obtener tratamiento debido al uso de drogas o alcohol o grado del daño al hígado. Si le denegán acceso a tratamiento por su plan médico, usted tiene el derecho a apelar esa decisión.

### Cura De la Hepatitis C

Los nuevos tratamientos para la hepatitis C vienen en pastillas, con pocos efectos secundarios, menos tiempo en tratamiento y altos índices de cura.



## Viviendo Con VIH y Hepatitis C

Si usted vive con VIH y hepatitis C, puede estar en mayor riesgo de sufrir inflamación y cicatrices en el hígado. Para mantenerse saludable, usted debe considerar continuar sus visitas de seguimiento con su médico, tomar todos sus medicamentos para el VIH como han sido recetados y obtener tratamiento para la hepatitis C.

### Medicamentos Para el VIH y la Hepatitis C

Consulte con su médico acerca de todos los medicamentos que esté tomando. Puede ser que estos necesiten ser ajustados para personas con hepatitis C. El cumplir con su tratamiento del VIH como ha sido indicado, puede aumentar su CD4, mejorar su función inmunológica y prevenir complicaciones relacionadas a su hígado por la hepatitis C.

### Tratamiento Para la Hepatitis C y el VIH

Los nuevos medicamentos para tratar la hepatitis C han demostrado altas tasas de efectividad en personas co-infectadas con el VIH. El tratamiento para la hepatitis C será más largo (hasta 24 semanas) y sus medicamentos para el VIH tendrán que ser ajustados mientras esté en tratamiento para la hepatitis C.

### Acerca de: "Harm Reduction Coalition"

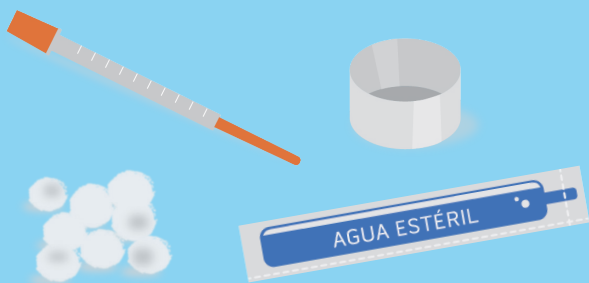
Harm Reduction Coalition es una organización nacional que aboga y ofrece capacitación para promover la salud, bienestar y dignidad de las personas y comunidades impactadas por el uso de drogas. Nuestros esfuerzos promueven la política pública relacionada a la reducción del daño, las prácticas y programas dirigidos a combatir los efectos adversos por el uso de drogas. Estos incluyen la sobredosis, el VIH, la hepatitis C, adicción y el encarcelamiento.

[www.harmreduction.org](http://www.harmreduction.org)

# Estrategias para prácticas seguras de inyección

**Use equipo de inyección estéril.**

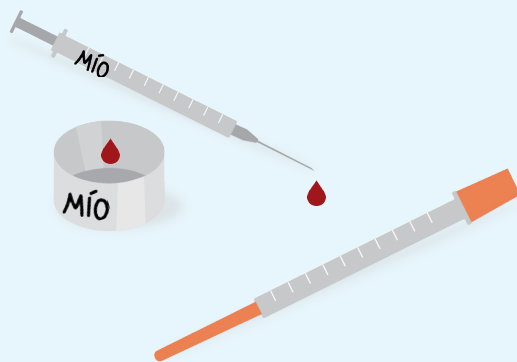
**Evite reutilizar o compartir su equipo y materiales de inyección.**



Su sangre puede encontrarse en cualquier artículo que ha tocado o utilizado para inyectarse, incluyendo las jeringuillas, cucharas ("cookers"), algodón, agua y torniquetes. Use jeringuillas y equipo de inyección nuevo y estéril para cada inyección.

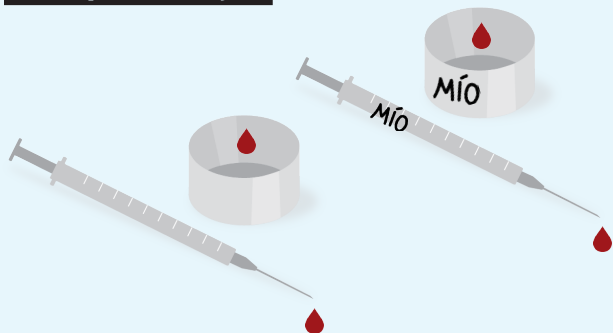
**Mantenga otra jeringuilla**

**estéril, si va a dividir las drogas.**



Obtenga una jeringuilla estéril extra para dividir las drogas, use su propia cuchara ("cooker") y algodón. Evite obtener drogas de un "cooker" que ha sido usado por otras personas. Puede que exista sangre en el "cooker."

**Si tiene que reutilizar su equipo, marque el suyo.**



Evite compartir su equipo de inyección. **El virus está vivo en la sangre, fuera del cuerpo.** Si usted tiene que reutilizar su equipo, mantenga sus jeringuillas y otros materiales con marcas específicas. Así usted sabrá que es el suyo.

**Si usted tiene que compartir la jeringuilla, utilice blanqueador ("bleach").**



Si usted tiene que compartir la jeringuilla, límpiela con blanqueador ("bleach") y agua estéril. Paso 1: Enjuague la jeringuilla con agua estéril. Paso 2: Enjuague la jeringuilla con blanqueador ("bleach"). Paso 3: Enjuague otra vez con agua estéril (nueva).

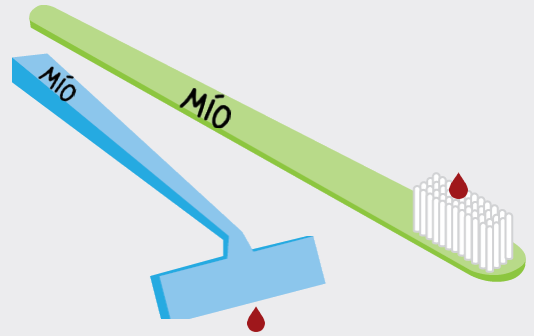
# Otras estrategias de prevención

**Use equipo estéril para tatuajes y para hacerse perforaciones en su cuerpo y al usar tinteros de un solo uso.**



Asegúrese que utiliza equipo estéril y **no lo comparta.**

**Evite compartir cepillos de dientes, rasuradoras y corta uñas.**



**Artículos del hogar:** Mantenga su cepillo de dientes, corta uñas y rasuradoras identificadas claramente. Visite al dentista si tiene problemas dentales, incluyendo sangre en las encías, abscesos u otros problemas dentales.

**Use su propio sorbeto (paja) para inhalar la droga y su propia pipa para el "crack."**



**Sorbeto (paja) para inhalar:** Inhalar drogas puede causar irritación en el interior de la nariz y puede causar sangramiento. Para estar seguro, use su propio sorbeto (paja) cuando inhale cocaína u otras drogas.

**Pipa para "crack":** Un bulbo (base de la pipa) muy caliente puede quemar o agrietar sus labios, lo cual puede causar sangramiento. Use su propia pipa o cubra la pipa con su propia cubierta.

**Use condones y lubricantes.**

**Hágase la prueba de la hepatitis C.**



**Transmisión sexual:** La hepatitis C puede ser transmitida por contacto sexual sin protección, que incluye contacto de sangre a sangre. Por ejemplo, durante el sexo anal, sexo vaginal áspero, o si la mujer está menstruando. Los riesgos aumentan si se tienen múltiples compañeros sexuales, si ha sido diagnosticado con una enfermedad sexualmente transmisible, incluyendo el VIH. Usted puede protegerse a sí mismo y a su pareja sexual cuando utiliza condones y lubricante, haciéndose la prueba de la hepatitis C, recibiendo tratamiento por una enfermedad sexualmente transmisible.

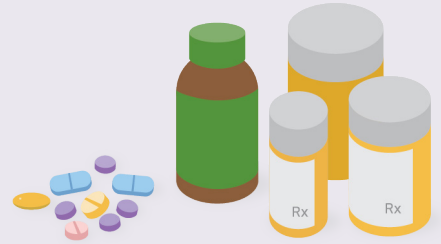
# Consejos para el cuidado de su hígado

## Reduzca el consumo de bebidas alcohólicas.



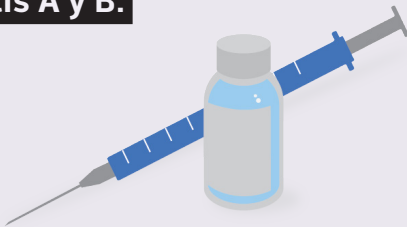
El uso de alcohol moderado o excesivo puede aumentar su riesgo de desarrollar fibrosis y cirrosis. Ya que no existe un límite seguro para las personas con hepatitis C, **reducir la cantidad de alcohol, o no tomar bebidas alcohólicas, es la opción más segura.**

## Revise sus medicamentos y suplementos.



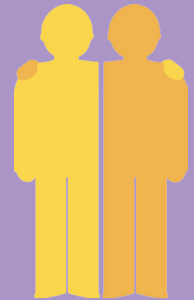
Discuta con su médico todo los medicamentos recetados y no recetados y los suplementos de hierbas. **Estos pueden tener efectos en su hígado.**

## Póngase la vacuna para la hepatitis A y B.



**No existe vacuna para la hepatitis C,** pero sí para hepatitis A y B. Si usted tiene hepatitis C, vacúnese contra la hepatitis A y B para proteger su hígado.

## Busque apoyo emocional.



**Por el estigma** asociado con tener hepatitis C y el usar drogas inyectables, no es fácil revelar que uno tiene hepatitis C a familiares, amigos y hasta a los profesionales de la salud. Es importante tener acceso a servicios para el tratamiento de la hepatitis C incluyendo grupos de apoyo. Estos pueden ser beneficiosos en obtener recursos y compartir sentimientos en un espacio seguro, sin juicios y confidencial.