



## Hepatitis B

### ¿Qué es la Hepatitis B?

La hepatitis B, llamada VHB (virus de hepatitis B), es un virus que infecta al hígado (el hígado ayuda a digerir la comida y mantiene la sangre saludable). Actualmente es la única ETS que se puede prevenir con una vacuna.

### ¿Quién puede contraer la Hepatitis B?

Cualquier persona puede contraer hepatitis B. Las personas que tienen relaciones sexuales sin protección o usan drogas inyectables tienen más probabilidades de contraer hepatitis B.

### ¿Cómo se transmite la Hepatitis B?

La hepatitis B puede vivir en todos los líquidos del cuerpo, pero se transmite principalmente a través de la sangre, el semen y los líquidos vaginales. El virus también puede vivir en líquidos del cuerpo como la saliva, las lágrimas y la leche materna. Es posible infectarse de las siguientes maneras:

- Teniendo relaciones sexuales (por vía vaginal, anal u oral) con una persona infectada
- Compartiendo artículos personales como hojas de afeitar, cepillos de dientes y cortaúñas con una persona infectada
- Compartiendo agujas para inyectarse drogas con una persona infectada
- Usando agujas o equipo no estéril para hacerse tatuajes, perforarse los oídos para ponerse aretes, o aplicar acupuntura
- Una madre infectada con hepatitis B también puede pasarle el virus a su bebé durante el parto.

### ¿Cuáles son los síntomas de la Hepatitis B?

Muchas personas no tienen síntomas. Algunas personas pueden tener hepatitis B sin tener ningún síntoma y luego volverse inmunes (lo cual significa que están protegidas contra infecciones futuras por hepatitis B). Algunas personas pueden tener síntomas que desaparecen y luego volverse inmunes. Otras contraen el virus y nunca se vuelven inmunes. Estas personas son portadoras y pueden continuar transmitiendo el virus a otros, aun años después. Si una persona tiene síntomas, éstos pueden tardar entre 6 semanas y 6 meses en aparecer después de la infección con hepatitis B. Muchas personas con hepatitis B tienen síntomas parecidos a los de la gripe. Los síntomas pueden incluir:

- Cansancio, falta de energía
- Pérdida del apetito y de peso

- Fiebre
  - Tono amarillento de la piel o los ojos (ictericia)
  - Dolor muscular o de articulaciones
  - Dolor de estómago
  - Náusea, vómitos
  - Diarrea
  - Orina de color oscuro
  - Evacuaciones (movimientos intestinales) de color claro
  - Hígado hinchado y sensible al tacto (el proveedor de cuidados de salud lo detecta durante el examen médico)

### **¿Cómo se diagnostica la Hepatitis B?**

El proveedor de cuidados de salud puede diagnosticar la hepatitis B mediante un análisis de sangre.

### **¿Hay cura para la Hepatitis B?**

No, no hay cura para la hepatitis B. Pero la mayoría de las personas se recupera y no tiene ningún síntoma después de 6 meses. El tratamiento consiste en conseguir suficiente descanso, comer una dieta saludable y evitar el alcohol. El proveedor de cuidados de salud verifica que el hígado esté funcionando normalmente mediante análisis de sangre. Algunas personas llevan el virus sin tener síntomas y pueden transmitírselo a otros. La hepatitis B también puede causar síntomas de larga duración, así como enfermedad permanente del hígado, incluyendo cáncer del hígado.

### **¿Cómo puedo prevenir transmitir la Hepatitis B a otros?**

Si estás infectada, no tengas relaciones sexuales ni contacto íntimo con nadie (por ejemplo, besarse) hasta que tu proveedor de cuidados de salud lo apruebe. No compartas artículos personales, como hojas de afeitar y cepillos de dientes. Es posible tener hepatitis B sin siquiera saberlo y transmitirlo a otros. Asegúrate de decirle a tus compañeros(as) de relaciones sexuales, actuales y anteriores, que tienes hepatitis B, ya que es posible que los hayas infectado. Aliéntalos a vayan a su doctor lo antes posible, que se hagan la prueba, y que consulten la posibilidad de recibir globulina gamma y vacunarse para protegerse de la hepatitis B. Una vez que tu proveedor de cuidados de salud diga que puedes volver a tener relaciones sexuales, asegúrate de usar condones de látex (o de poliuretano para personas alérgicas al látex) al tener relaciones sexuales por vía oral, anal o vaginal.

### **¿Cómo yo puedo evitar contraer la Hepatitis B?**

Tu mejor protección contra la hepatitis B es una vacuna. Se da en 3 inyecciones separadas. Tienes que recibir las tres dosis para que la vacuna te dé la máxima protección. Puedes bajar tu riesgo de contraer hepatitis B no teniendo relaciones sexuales o, si las tienes, usando un condón de látex. Si te enteras que tu compañero(a) tiene hepatitis B, pregúntale a tu proveedor de cuidados de salud si necesitas globulina gamma y/o la vacuna. También puedes reducir tu riesgo de contraer hepatitis B evitando lo siguiente:

- Compartir agujas o jeringas
- Compartir instrumentos usados para perforarse los oídos para ponerse aretes, hacerse tatuajes y remover pelo
- Compartir cepillos de dientes u hojas de afeitar

Luego que el hombre ha eyaculado, debe retirarlo cuando el pene está aún eréctil, pues el preservativo puede fácilmente escurrirse cuando éste está flácido. Él deberá sostener el preservativo sobre la base del pene mientras se retira de la vagina para evitar que se derrame el semen. Suavemente enrolle el preservativo hasta la extremidad del pene para removerlo.

### **¿Qué se debe hacer con un preservativo usado?**

Se debe envolver el preservativo usado y tirarlo a un cesto de desechos. No lo tire por el inodoro, pues puede obstruir la cañería. Los preservativos no pueden ser usados dos veces, por lo tanto usar uno con cada relación sexual y luego descartarlo.

### **¿Qué pasa si el preservativo se rompe o desgarr?**

Primero ¡No desespere! El pene debe ser retirado inmediatamente. (Si se va a continuar la relación sexual, usar un preservativo nuevo). La jalea o espuma anticonceptiva debe ser colocada en la vagina y la mujer no debe efectuar duchas vaginales. Las duchas vaginales pueden causar infecciones. Si está preocupada por un embarazo o por una ETS, consulte a su médico o asistente de salud. Debe pensar en efectuar una contracepción de emergencia.

### **¿Con qué frecuencia se rompen los preservativos?**

Los preservativos raramente se rompen si son bien guardados y usados correctamente. Estudios muestran, que los de latex, se rompen solo alrededor de 0,4%(4 de cada 1000) y los de poliuretano se rompen el 4% (4 de cada 100). Las parejas que usan poliuretano tienen 9 veces más posibilidades de rupturas que aquellas que usan preservativos de latex. Cuando los preservativos se rompen, usualmente es porque no se dejó el espacio para el semen en el fondo del mismo, o estaban vencidos, o fueron expuestos al sol o al calor, o fueron desgarrados por los dientes o por las uñas. También perjudica el empleo de lubricantes en base oleosa en lugar de base acuosa, que causan su ruptura. Si el preservativo se guarda y usa correctamente, es muy difícil que se rompa.

### **¿Qué pasa si el preservativo se sale y no puede ser extraído de la vagina?**

¡No se asuste! Trate de alcanzarlo con el dedo y extraerlo de la vagina, en caso contrario contactarse con el médico o asistente de salud y pedir una consulta.

### **¿Qué pasa si mi pareja o yo tenemos una reacción alérgica con el uso del preservativo?**

Algunas personas pueden tener reacción alérgica al preservativo. Esto puede deberse al espermicida o al latex. Pruebe uno libre de espermicida, lo cual se recomienda igual. Si piensa que el latex puede ser el responsable de la alergia, debe usar un preservativo masculino o femenino de poliuretano. Hable con su médico o su asistente de salud frente a cualquier duda.