



La prueba ha salido positiva – ¿Y ahora qué?

Autores: Alan Franciscus (Editor Jefe)
y Heather Lusk, Directora, CHOW Project, Hawái

Prólogo

Obtener un resultado positivo en la prueba de anticuerpos al virus de la hepatitis C (anti-VHC) puede causarle temor, pero ahora dispone de información que le ayudará a mejorar su salud y bienestar. Esta hoja informativa explorará lo que significa un resultado positivo en la prueba y lo que puede usted hacer ante esta situación. No se deje llevar por el pánico; los conocimientos que puede adquirir actualmente le servirán para tomar decisiones más saludables para usted y su hígado. La información es una pieza clave a la hora de vivir bien con la hepatitis C.

Obtener un resultado positivo a la prueba de anticuerpos no significa necesariamente que tenga hepatitis C

Lo que significa es que se ha infectado con el virus de la hepatitis C (VHC). Lo que la prueba no puede determinar es si el VHC sigue presente en el momento actual. Alrededor del 55-85% de las personas con anticuerpos contra el VHC todavía llevan el virus en el cuerpo seis meses después de la infección. Esto significa que el 15-45% de las personas (cerca de 1 de cada 4) tiene anticuerpos, pero no el virus. En tales casos, el sistema inmunitario ha sido capaz de eliminar el VHC. Si el resultado a la prueba de anticuerpos del VHC es positivo, será necesario hacerse otra prueba viral de confirmación para comprobar si todavía tiene el virus en sí. Esta prueba evalúa el ARN del VHC, que es el material genético del virus, en la sangre. Si el cuerpo ha “eliminado” o “resuelto” el virus, esta prueba dará un resultado “indetectable”. Si el resultado es “detectable”, entonces la hepatitis C es crónica (de larga duración).

HOJA INFORMATIVA HCSP

Una publicación del
Hepatitis C Support Project

DIRECTOR EJECUTIVO REDACTOR JEFE DE LAS PUBLICACIONES DEL HCSP

Alan Franciscus

DISEÑO

*Leslie Hoex,
Blue Kangaroo Design*

PRODUCCIÓN

C.D. Mazoff, PhD

TRADUCCIÓN

Clara Maltrás

DIRECCIÓN DE CONTACTO

Hepatitis C Support Project
PO Box 15144
Sacramento, CA 95813
alanfranciscus@hcvadvocate.org

La información presentada en este folleto tiene como fin ayudarle a comprender y tratar el VHC y no pretende servir de asesoramiento médico. Todas las personas con el VHC deben consultar con un profesional médico para obtener diagnóstico y tratamiento contra el VHC.

Esta información la ofrece el *Hepatitis C Support Project*, una organización sin ánimo de lucro para la educación, el apoyo y la defensa de intereses de las personas afectadas por el VHC.

Se autoriza y se alienta a la reproducción de este documento siempre que se reconozca la autoría del *Hepatitis C Support Project*.

La prueba ha salido positiva– ¿Y ahora qué?**Si no sabe con certeza si el VHC permanece en su sangre, viva como si lo tuviera**

Si sabe que tiene anticuerpos al VHC pero todavía no se ha realizado la prueba de confirmación adicional, su caso no es el único. Las pruebas de carga viral resultan caras y difíciles de conseguir si no se cuenta con un seguro médico. Dado que la mayor parte de los pacientes con anticuerpos contra el VHC sí son portadoras del VHC, lo mejor que puede hacer mientras espera a hacerse la prueba es vivir como si tuviera hepatitis C, cuidándose bien y protegiendo la salud del hígado.

Si tiene hepatitis C, tiene tiempo

Una vez que haya confirmado el diagnóstico de hepatitis C, es probable que se le vengán muchísimas cosas a la cabeza. La hepatitis C es una enfermedad de progresión lenta, por lo que seguramente dispondrá de mucho tiempo para tomar decisiones sobre su salud. Dedique tiempo a informarse sobre la hepatitis C y a tomar las decisiones adecuadas a su caso. No tome ninguna decisión impulsiva en el primer momento. De hecho, no debería tomar ninguna decisión importante al principio, ya que todavía puede encontrarse en un estado de shock. Es posible que algunos días se sienta equilibrado y dispuesto a tomar medidas para llevar una vida más saludable, mientras que otros días no quiera afrontar su hepatitis C; esto es normal. Tómese su tiempo para pensar en lo que es importante para usted en ese momento y recuerde que va a disponer de tiempo suficiente para tomar todas las decisiones que necesite.

Su cuerpo, su hígado y la hepatitis C

El hígado es el órgano interno más grande del cuerpo, y desempeña más de 500 funciones importantes. Casi todo lo que comemos, bebemos, fumamos, ingerimos o absorbemos por la piel pasa a través del hígado. Dado que la hepatitis C afecta al hígado y puede causar daños hepáticos, es aconsejable pensar en lo que introducimos en el cuerpo para minimizar los daños que sufre el hígado. Lo más nocivo para el hígado es el alcohol, por lo que es importante reducir su consumo de alcohol en lo posible. Seguir una dieta saludable, baja en sal, beber abundante agua, descansar lo suficiente y practicar ejercicio moderado contribuirá a mantener la función del hígado.

La noticia: revelar a los demás que tiene hepatitis C

Puede que se esté planteando cómo contar a otras personas que ha tenido un resultado positivo en la prueba del VHC. En primer lugar, no tiene que contárselo a nadie hasta sentirse preparado; sin embargo, sí es importante informar a su médico (que mantendrá la confidencialidad) porque tener hepatitis C puede influir en los medicamentos que tome y las pruebas que necesite hacerse. Si se ha sometido únicamente a la prueba de anticuerpos, tendrá que decidir si desea contarle ahora o después de realizarse la prueba de confirmación. Existen dos razones principales para revelárselo a los demás: para conseguir apoyo y para aconsejarles que se hagan la prueba del VHC. Piense a quién quiere contárselo, por qué desea hacerlo, cómo va a plantárselo y cuándo y dónde va a dar la noticia. Asegúrese de contar con el apoyo necesario, contándoselo primero a alguien en quien confíe de verdad y que pueda ayudarle.

La prueba ha salido positiva– ¿Y ahora qué?

Cómo prevenir el contagio a otras personas

Aunque es importante cuidarse uno mismo, es posible que también se pregunte cómo puede asegurarse de que no va a transmitir el VHC a otras personas. El VHC se transmite a través del contacto directo con la sangre: es necesario que su sangre infectada entre directamente en la sangre de otro al compartir una aguja, una cuchilla, cortaúñas, un cepillo de dientes o cualquier otro objeto que contenga sangre infectada. Se ha descubierto que el VHC sobrevive fuera del organismo hasta cuatro días. Aun en caso de que haya sangre, es preciso que exista una abertura para que la sangre entre en el cuerpo de otra persona. También es posible que el VHC se transmita mediante relaciones sexuales o de madre a hijo durante el embarazo o el parto, pero esta situación no sucede con mucha frecuencia. El VHC no puede transmitirse a través de abrazos, besos, por compartir utensilios de comida o vasos ni por compartir el cuarto de baño.

Próximos pasos: cuidados médicos de la hepatitis C

Además de confirmar el resultado positivo de la prueba de anticuerpos, es importante recibir pruebas y vacunas adicionales una vez que sepa que tiene el VHC. Si tiene hepatitis C, debe hacerse la prueba de la hepatitis A y la hepatitis B y en caso necesario vacunarse frente a ambas, para evitar ser portador de más de un tipo de hepatitis, ya que esto resulta perjudicial para el hígado. Su médico le someterá a más pruebas para comprobar cómo funciona el hígado, y es posible que solicite una biopsia (extracción de una pequeña muestra de tejido del hígado) para ver si el órgano está dañado. También puede ser útil averiguar qué tipo de VHC

es el suyo (su genotipo) y cuánto virus lleva en la sangre (la carga viral). Con todas estas pruebas, tanto usted como su médico dispondrán de información para tomar las mejores decisiones en cuanto al tratamiento.

Cómo decidir el tratamiento

Existen tratamientos que pueden eliminar el VHC, pero no son adecuados para todo el mundo, y además algunas personas no necesitan tratarse. Los tratamientos funcionan mejor en algunas personas que en otras. Su eficacia depende del plazo de tiempo desde la infección, del grado de lesión del hígado y de otros factores. Además, el tratamiento del VHC es muy caro y las terapias con interferón pueden provocar considerables efectos secundarios. Hable con el médico y con los pacientes que lo hayan probado antes de tomar ninguna decisión. Muchas personas han encontrado útiles para tratar la hepatitis C ciertas terapias complementarias como acupuntura, masajes y remedios herbales. Es importante hablar con un experto y consultar con su médico, ya que ciertas plantas medicinales pueden resultar perjudiciales para el hígado.

Fármacos experimentales para tratar la hepatitis C

El tratamiento del VHC ha experimentado avances impresionantes desde que el virus se identificó en el año 1989. Sin embargo, las opciones terapéuticas actuales que incluyen interferón pueden causar muchos efectos secundarios indeseados y no siempre consiguen un resultado eficaz para todo el mundo.

Los investigadores están estudiando una gran variedad de fármacos para tratar la hepatitis C –entre ellos los inhibidores del VHC con y sin interferón

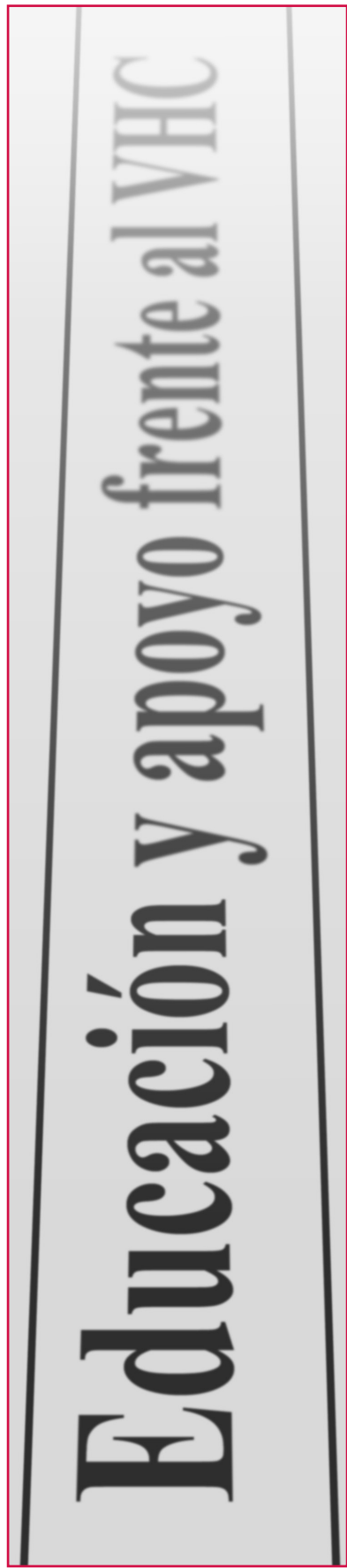
La prueba ha salido positiva– ¿Y ahora qué?

pegilado más ribavirina– que muestran potencial para aumentar las tasas de respuesta al tratamiento para todas las personas con hepatitis C y que causarían menos efectos secundarios. Consulte con su médico o enfermera si lo mejor en su caso es esperar o si necesita un tratamiento antes de que se aprueben los nuevos fármacos.

Cómo buscar apoyo

Si tiene hepatitis C, no está usted solo: hay más de cuatro millones de personas en los EE.UU. en la misma situación. Muchas personas encuentran útil unirse a un grupo de apoyo o conectar por Internet con otras personas que también tienen hepatitis C. Hable con personas que se preocupen por usted y pídale apoyo. Para consultar más información sobre los grupos de apoyo en su zona geográfica, visite

www.hcvadvocate.org/community/Groups.asp



Publicaciones de interés:

- **First Steps with HCV for the Newly Diagnosed**
www.hcvadvocate.org/hepatitis/First_Steps.asp
- **A Guide to Understanding Hepatitis C**
www.hcvadvocate.org/hepatitis/factsheets_pdf/HCV_Guide.pdf

Para más información

- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Americans with Disabilities Act
www.ada.gov • Centers for Disease Control and Prevention
www.cdc.gov | <ul style="list-style-type: none"> • Mayo Clinic
www.mayoclinic.com • MedlinePlus
www.nlm.nih.gov/medlineplus |
|---|--|