

una serie de hojas informativas
escritas por expertos en el campo
de la enfermedad hepática

La prueba ha salido positiva *¿Y ahora qué?*

Heather Lusk Hepatitis C Coordinator
Hawai'i Department of Health

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 debe 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 significan 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 75-85% 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 15-25% de las personas (cerca de 1 de cada 5) 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 de confirmación, que normalmente es la RCP, para comprobar si todavía está presente el VHC. Esta segunda prueba evalúa el material genético del VHC en la sangre. Si el cuerpo ha eliminado el virus, esta prueba dará un resultado

“indetectable”. Si el resultado es “detectable”, entonces la hepatitis C se considera crónica (de larga duración).

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. La prueba de RCP resulta cara y difícil 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 portadores 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; esto es normal. Tómese su tiempo para pensar en lo que es importante para usted en ese momento y tenga la tranquilidad de que va a disponer de tiempo suficiente para tomar todas las decisiones que necesite tomar.

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, tragamos o absorbemos por la piel pasa por el 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, así que es fundamental reducir el consumo de alcohol en lo posible. Seguir una dieta saludable, pobre en grasas, con poca sal

Y beber abundante agua favorece el buen funcionamiento del hígado.

La noticia: revelar a los demás que tiene hepatitis C

Puede que se esté planteando cómo contar a los demás que la prueba del VHC ha dado un resultado positivo. En primer lugar, no tiene por qué contárselo a nadie hasta que no esté listo. 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, contándole primero a alguien en quien confíe de verdad y que pueda ayudarle.

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 la sangre infectada entre directamente en el cuerpo al compartir una aguja, una cuchilla, cortaúñas, un cepillo de dientes o cualquier otro objeto que contenga sangre infectada. 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 es poco común. 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. Debe vacunarse contra la hepatitis A y la hepatitis B 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 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 genotipo del VHC, del plazo de tiempo de la infección, del grado de lesión del hígado y de otros factores. Además, el tratamiento contra el VHC es muy caro y puede provocar efectos secundarios. La politerapia de interferón pegilado (inyección) más ribavirina (en comprimidos) es la más común, y suele durar de 6 a 12 meses. Hable con el médico y con los pacientes que lo hayan probado antes de tomar ninguna decisión.

Cómo buscar apoyo

Si tiene hepatitis C, no está solo: hay más de cuatro millones de personas en su misma situación en los EE.UU. En muchos casos resulta útil unirse a un grupo de apoyo o comunicarse a través de internet con otros afectados por la enfermedad. Hable con amistades de confianza que puedan ayudarle y dárle apoyo. Para consultar más información sobre los grupos de apoyo en su zona geográfica, visite www.hcvadvocate.org

Para obtener más información acerca de la hepatitis C, la hepatitis B y las coinfecciones con el VHC, visite www.hcvadvocate.org.

• hoja INFORMATIVA hcsp •

Una publicación del Hepatitis C Support Project

Director ejecutivo Redactor jefe de las publicaciones del HCSP

Alan Franciscus

Diseño

Paula Fener

Producción

C.D. Mazoff, PhD

Traducción

Clara Maltrás

Dirección de contacto

Hepatitis C Support Project
PO Box 427037
San Francisco, CA 94142-7037

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 le 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 • © 2008 *The Hepatitis C Support Project* • Se autoriza y se alienta a la reproducción de este documento siempre que se reconozca la autoría del *Hepatitis C Support Project*.

