

Hepatitis B, información para el paciente y medidas de actuación

Hoja informativa sobre la protección contra las enfermedades transmisibles, publicada por médicos especializados en esas enfermedades

¿Por qué has recibido esta información?

Un análisis de sangre ha demostrado que tienes hepatitis B. Esta hoja contiene información sobre la hepatitis B que padeces y todo lo que debes tener en cuenta sobre esta enfermedad.

¿Qué es la hepatitis B?

La hepatitis B es un virus que se encuentra en el hígado, en la sangre y en algunos fluidos corporales (por ejemplo, el semen). Se puede tener hepatitis B durante mucho tiempo sin que te des cuenta. Aun sin presentar síntomas, la hepatitis B puede ser muy contagiosa. Después de muchos años de padecer la infección causada por el virus, pueden presentarse problemas hepáticos.

¿Cómo se contrae la hepatitis B?

Muchas personas tienen hepatitis B. Alrededor de 300 millones de personas en el mundo tienen hepatitis B, según las estadísticas de 2019 publicadas por la OMS, la Organización Mundial de la Salud. La mayoría de las personas se ha contagiado de su madre al nacer.

La hepatitis B también se contagia al mantener relaciones sexuales sin preservativo. Las relaciones sexuales sin protección en el coito vaginal o anal y, en ocasiones, en el sexo oral pueden transmitir el virus de la hepatitis B.

La hepatitis B también se puede propagar si la sangre con el virus de la hepatitis B ingresa en nuestra sangre a través de una membrana mucosa, como ser la del ojo, la nariz, la boca o una herida abierta. También puede ocurrir cuando una persona que consume drogas comparte las jeringas, los recipientes de mezcla comunes u otros accesorios.

La hepatitis B NO es contagiosa cuando se tiene trato social con amigos, por ejemplo, mediante abrazos y besos o al compartir vasos, platos o cubiertos. No hay contagio en el contacto de la sangre con la piel intacta o al utilizar el mismo cuarto de baño.

¿Qué debo tener en cuenta para no contagiar a otras personas?

Debes seguir las **medidas de actuación** que recomiende tu médico:

- Debes asistir a una nueva visita cuando tu médico lo indique.
- Debes decirle a la persona con la que mantienes relaciones sexuales que tienes hepatitis B.
- Debes usar una protección o preservativo durante las relaciones sexuales si tu pareja no es inmune, es decir, si no ha tenido hepatitis B ni está vacunada contra la hepatitis B.
- Debes informar que eres portador de «riesgo de contagio» cuando solicitas asistencia odontológica o sanitaria, en los casos en que el personal pueda tomar contacto con tu sangre, por ejemplo, al tomar una muestra o en una cirugía.
- También debes informar que eres portador de «riesgo de contagio» si quieres tatuarte, realizar un piercing, que te perforen una oreja u otro tratamiento que implique hemorragia cutánea.
- No compartas con nadie tu maquinilla de afeitarse ni tu cepillo dental.
- Si alguien toca tu sangre infectada y esta se introduce en heridas cutáneas, ojos, nariz o boca, debes decirle que la hepatitis B se contagia a través de la sangre. Dile a esa persona que se lave inmediatamente con agua y que debe ponerse cuanto antes en contacto con su centro de salud (vård-/hälsocentral), con la clínica de enfermedades infecciosas más cercana o con 1177 Vårdguiden para vacunarse gratis contra la hepatitis B.
- Si usas jeringas o agujas hipodérmicas, no debes compartirlas con otras personas. Tampoco debes usar un recipiente común de mezcla u otros accesorios.

- No puedes donar sangre ni esperma u óvulos.
- La donación de órganos o tejidos para trasplantes solo puede realizarse en determinados casos.
- Si tienes una pareja sexual o un miembro de la familia que debe vacunarse contra la hepatitis B, debes informarlo a tu médico.

Existen también **recomendaciones higiénicas** que es conveniente cumplir para no contagiar a otras personas:

- Asegúrate de tener tiritas o vendas en todas las heridas.
- Si alguien te ayuda con el vendaje de las heridas, debe usar guantes de plástico.
- Empaca cuidadosamente el material cubierto de sangre antes de tirarlo.
- Si la ropa tiene sangre, debe lavarse en una lavadora.
- Las manchas de sangre, por ejemplo en el piso, se secan y limpian con papel que luego debe desecharse. Lava bien con agua y un producto de limpieza.

¿Qué debo tener en cuenta antes de tener relaciones sexuales con una pareja?

Debes decirle a tu pareja que tienes hepatitis B. Además, debes utilizar preservativo si tu pareja no es inmune (es decir, si no ha tenido hepatitis B o no se ha vacunado contra la hepatitis B).

Lo mejor que puedes hacer es llevar a tu pareja a un médico o una clínica para que le vacunen gratis contra la hepatitis B, antes de mantener relaciones sexuales.

Si has expuesto a alguien al riesgo de contagio, por ejemplo, manteniendo relaciones sexuales sin preservativo con una persona que no estaba vacunada, esa persona también puede vacunarse después de manera gratuita contra la hepatitis B para reducir el riesgo de contagio. La vacuna tiene mejor eficacia si se puede administrar dentro de un plazo de dos días.

¿Con qué frecuencia debo realizar controles con mi médico?

Tu médico va a decidir con qué frecuencia debes asistir a una nueva visita. A menudo es una vez por año, pero en ocasiones es necesario realizar visitas con mayor frecuencia.

Tener hepatitis B ¿es peligroso?

La mayoría de las personas que sufren de hepatitis B no presentan trastornos hepáticos, pero algunos pueden tenerlos después de muchos años de haberse infectado con el virus. Quienes sufren trastornos pueden padecer, en el peor de los casos, cirrosis o cáncer de hígado.

Cuando visites a tu médico con regularidad, él va a verificar en qué estado se encuentra tu hígado y se asegurará de que recibas tratamiento en caso de ser necesario.

¿Existe tratamiento para la hepatitis B?

Vas a recibir tratamiento en caso de ser necesario. La mayoría de las personas no necesita ningún tratamiento. Tu médico te dirá si necesitas tratamiento.

Con frecuencia el tratamiento no puede curar o eliminar la infección, pero puede reducir el riesgo de tener problemas hepáticos.

¿Puedo ser progenitor?

Sí, la hepatitis B no constituye un obstáculo para tener hijos o ser progenitor. Pero es importante que tu pareja sexual sea inmune a la hepatitis B (por ejemplo, después de vacunarse) antes de intentar tener hijos. Si quedas embarazada, hay maneras de evitar que el virus de la hepatitis B se transmita al bebé. En ocasiones puedes recibir tratamiento para la hepatitis B durante el final del embarazo. El bebé va a recibir la vacuna contra la hepatitis B inmediatamente después del nacimiento y luego se aplicarán dosis adicionales de la vacuna en varias ocasiones durante su primer año de vida. De esta manera, el riesgo de que el bebé se contagie es muy bajo. Si el bebé recibe las vacunas de acuerdo con la planificación, puede ser amamantado como de costumbre.

¿Puedo tener cualquier trabajo y realizar actividades recreativas de cualquier tipo?

Cuando tienes hepatitis B puedes, por lo general, tener cualquier tipo de trabajo. Si lo que haces en tu trabajo significa correr el riesgo de que te pinches y que la sangre entre en contacto con otra persona, debes hablar con tu médico. Igual criterio se aplica si estás inseguro de poder capacitarte para un oficio en particular. No es necesario que le digas a tu empleador que tienes hepatitis B.

Si quieres participar en un deporte donde en ocasiones se sangra, habla con tu médico para que pueda decidir si puedes participar en esas actividades.

La hepatitis B está incluida en la Ley de protección contra las enfermedades transmisibles.

¿Qué significa eso?

La Ley de protección contra las enfermedades transmisibles tiene por objeto disminuir el riesgo de que ciertas infecciones, como la hepatitis B, se propaguen a más personas.

Si tienes hepatitis B, tienes derecho a ser atendido y recibir el tratamiento correspondiente de manera gratuita.

Debes seguir las medidas de actuación que tu médico recomiende. También debes colaborar con el rastreo del contagio.

Si has recibido medidas de actuación que consideras incorrectas, puedes ponerte en contacto con el médico especialista en protección contra las enfermedades transmisibles de tu región o diputación provincial. Hasta que no se determine lo contrario, deberás cumplir con las medidas que te han indicado.

Rastreo del contagio ¿Qué significa?

Es muy importante encontrar a otras personas que tengan hepatitis B, para que también se realicen estudios del hígado y para que la infección no se propague a otros. Por eso, si tienes hepatitis B, debes informar a tu médico con quién o quiénes has mantenido relaciones sexuales, o qué personas han estado expuestas al contagio de otra manera (por ejemplo, al compartir jeringas o agujas), para que ellas sepan que deben realizar el test de la hepatitis B. Lo que informas es considerado secreto (confidencial) y tu identidad no se divulgará a dichas personas.

Tu médico también se asegurará de que tu familia y tus hermanos realicen el test de la hepatitis B, si se encuentran en Suecia.

¿Deseas saber más?

Puedes encontrar más información sobre la hepatitis B en

www.1177.se

www.umo.se

www.folkhalsomyndigheten.se