

HEPATITIS A

*¡Todos podemos
luchar contra la
Hepatitis!*



MINISTERIO DE SALUD
Unidad de Comunicación y
Educación para la Salud

¿QUÉ ES?

La hepatitis A es una enfermedad que ataca el hígado y es producida por un virus o microbio.

En Costa Rica cada año se presentan muchos casos de hepatitis A. Por ser una enfermedad muy contagiosa algunas veces se presenta en forma de epidemias, o sea se enferman muchas personas en un mismo lugar, en un mismo tiempo.



La hepatitis A la pueden padecer los niños y generalmente les da en forma leve o benigna.



También se presenta en los adultos, en los que se puede presentar como una enfermedad grave y larga.

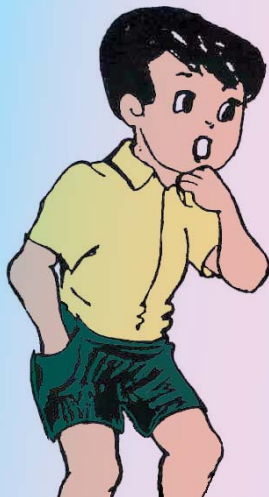
¿CÓMO SE TRANSMITE?

La hepatitis A se transmite por tomar agua o comer alimentos contaminados con materia fecal o heces. Los microbios de la hepatitis A están dentro del cuerpo de la persona enferma.



Estos microbios salen por medio de las heces del enfermo desde quince días antes de que éste se sienta mal.

Cuando una persona enferma va al servicio sanitario o letrina y no se lava las manos, los microbios que quedan ahí, pasarán después a todo lo que toca.



Si come o prepara alimentos, estos se contaminarán, transmitiendo la hepatitis.

Además, puede contaminar el agua de consumo al manipularla o cuando la almacena.

También, si la persona obra cerca de ríos o fuentes de agua, los microbios que están en las heces contaminarán el agua, enfermando a las personas que la usan.

¿CÓMO EMPIEZA?

La hepatitis A comienza por un malestar general:

- No da hambre.
- Dan ganas de vomitar.
- Decaimiento.
- Falta de fuerzas.
- Dolor de estómago.
- Orina de color oscuro.
- Fiebre.



La piel se torna de color amarillento en los casos más severos.

CUIDADOS DEL ENFERMO

- ☞ La persona con hepatitis debe guardar reposo.
- ☞ Debe lavarse bien las manos con agua y jabón después de ir al servicio sanitario.
- ☞ La persona que lo atiende debe lavarse muy bien las manos con agua y jabón, después de atenderlo.
- ☞ Los platos, vasos, cubiertos, etc., que use el enfermo deben lavarse muy bien y agregarles agua hirviendo.

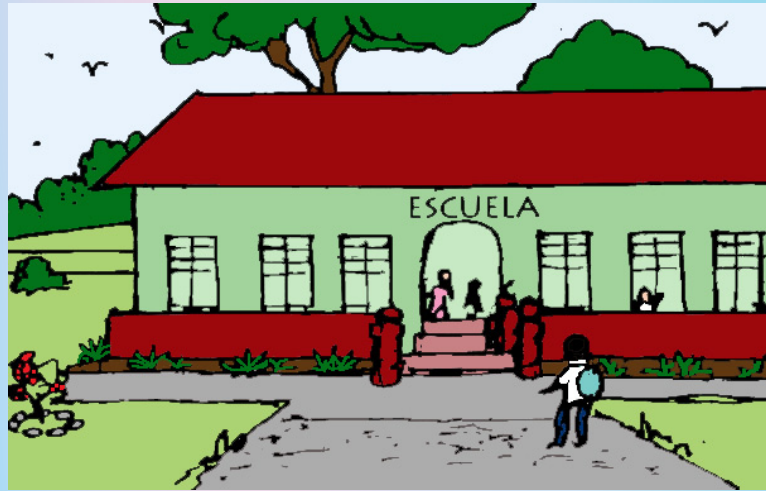
¿CÓMO SE EVITA?



Evitar la hepatitis es fácil y depende de cada uno de nosotros. Para evitar enfermarnos debemos:

- ❖ Lavarnos muy bien las manos con agua y jabón después de ir al servicio sanitario o letrina y antes de comer o preparar y tocar alimentos.
- ❖ No dar del cuerpo al aire libre, usar el escusado o letrina.
- ❖ Combatir los criaderos de moscas usando basureros con tapa o enterrando las basuras.
- ❖ Proteger los alimentos de las moscas y cucarachas.
- ❖ Lavar muy bien los alimentos que se comen crudos, especialmente frutas y vegetales.
- ❖ Hervir el agua, antes de tomarla, si hay dudas de su pureza; o agregarle 3 gotas de cloro por litro de agua, dejándola reposar por 20 minutos antes de usarla.

EN LA ESCUELA



- No comprar alimentos preparados en las ventas callejeras, estos alimentos no reúnen las condiciones higiénicas necesarias.
- Mantener en las escuelas los servicios sanitarios limpios y en buen estado.
- Tener jabón para que los niños y niñas se laven las manos después de ir al servicio sanitario y antes de comer.
- Depositar el papel higiénico dentro del servicio sanitario.

**La limpieza es la mejor
defensa contra la
Hepatitis A**