

Información para el paciente de BMJ

Última publicación: Jan 30, 2023

Hepatitis C: ¿qué es?

La hepatitis C es una infección que puede dañar el hígado. Muchas personas no saben que la tienen, porque se puede tener durante muchos años sin ningún síntoma. Si tienes hepatitis C, querrás saber qué significa eso para ti.

Este prospecto le brinda información básica sobre la infección y lo que podría suceder.

Qué es la hepatitis C?

La hepatitis C es una infección causada por un virus que se transporta en la sangre humana. Puede contraerse si la sangre de alguien con el virus entra en el torrente sanguíneo.

En muchas personas, el cuerpo combate el virus de forma natural, sin ningún tratamiento. Esto sucede entre 15 y 45 de cada 100 personas infectadas con el virus.

Sin embargo, muchas personas no pueden combatir la infección por sí solas. Si ha tenido la infección durante más de seis meses, los médicos dicen que tiene **hepatitis C crónica** (crónica significa de larga duración).

Hay seis tipos de virus de la hepatitis C. Tienen genes diferentes. Los médicos llaman a los tipos genotipos, y están numerados del 1 al 6.

La mayoría de las personas con hepatitis C en Europa Occidental tienen el genotipo 1, 2 o 3. Le harán un análisis de sangre para determinar qué tipo tiene.

Pregúntele a su médico: ¿qué genotipo de hepatitis C tengo?

Cómo me contagié de hepatitis C?

Puede ser un shock descubrir que tienes hepatitis C. Es posible que se pregunte cómo contrajo el virus. Algunas personas nunca se enteran de cómo sucedió.

- La mayoría de las personas que tienen hepatitis C contraen el virus al compartir agujas para inyectarse drogas ilegales.
- Antes de 1991, algunas personas también se infectaban a través de transfusiones de sangre. Desde entonces, la sangre que se usa para transfusiones se ha examinado para detectar la hepatitis C.

Hepatitis C: ¿qué es?

- A veces, los médicos y el personal de enfermería contraen la hepatitis C al ser pinchados accidentalmente por una aguja infectada (por ejemplo, al administrar inyecciones a pacientes con hepatitis C).
- Algunos bebés nacen con hepatitis C porque sus madres tienen el virus.
- Existe una pequeña probabilidad de contraer hepatitis C si tiene relaciones sexuales con alguien que está infectado y no usa condón (relaciones sexuales sin protección).
- Puede contraerse al compartir cepillos de dientes o maquinillas de afeitar con alguien que esté infectado.

La hepatitis no se puede contraer besando, abrazando o tomando de la mano. Y no se puede conseguir compartiendo artículos domésticos como platos o cuchillos y tenedores.

Pregúntele a su médico: ¿cómo puedo evitar transmitir la hepatitis C a otra persona?

Cuáles son los síntomas?

Las personas infectadas con hepatitis C pueden tener síntomas leves, como sentirse cansadas, o pueden no tener ningún síntoma. Y los síntomas pueden aparecer y desaparecer.

Muchas personas que tienen hepatitis C no presentan ningún síntoma durante muchos años. Y es posible que no los obtengan todos.

Estos son los principales síntomas de la hepatitis C. Es más probable que los contraiga si ha tenido hepatitis C durante mucho tiempo y ha afectado su hígado. Estos síntomas son:

- color amarillo en la piel y en el blanco de los ojos. Esto se llama ictericia
- cansancio
- orina de color oscuro
- dolor en la parte superior derecha del abdomen
- perder el apetito y perder peso
- sentirse mal.

Si el virus de la hepatitis C sigue dañando el hígado durante mucho tiempo, es posible que tenga síntomas más graves.

Hasta 20 de cada 100 personas infectadas con hepatitis C acaban quedando cicatrices en el hígado (cirrosis) si no reciben tratamiento. La cirrosis tiende a empeorar con el tiempo. Y puede impedir que el hígado funcione correctamente.

Los síntomas de la cirrosis incluyen:

- un hígado inflamado, que puede hacer que el abdomen se sienta dolorido e hinchado
- Músculos débiles
- tobillos hinchados

Hepatitis C: ¿qué es?

- hinchazón en el abdomen
- picazón en la piel.

Pregúntele a su médico: ¿qué debo hacer si empiezo a tener síntomas o si mis síntomas empeoran?

Cómo se diagnostica la hepatitis C?

Si le preocupa que pueda tener hepatitis C, su médico le hará preguntas para ver si está en riesgo y lo examinará para detectar cualquier signo de daño hepático.

El médico también podría hacerte una prueba de hepatitis C si un análisis de sangre de rutina sugiere que tu hígado no está funcionando tan bien como debería.

La única manera de saber con certeza si tiene hepatitis C es hacerse un **análisis de sangre** para detectar el virus. Si el resultado de la prueba de sangre es positivo, significa que tiene el virus en la sangre. Sin embargo, la prueba no indica si el virus ha afectado el hígado ni cuánto tiempo lo ha tenido.

Si usted tiene el virus, su médico le hará análisis de sangre adicionales para ver si su hígado ha sido afectado. A veces se denominan **pruebas de la función hepática**. También es posible que escuches que se llaman prueba de alanina aminotransferasa (prueba ALT para abreviar) y prueba de aspartato aminotransferasa (prueba AST para abreviar).

Su médico también puede sugerir que le extraigan una pequeña parte de su hígado y la examinen bajo un microscopio. Esto se llama **biopsia de hígado**. Mostrará si el virus ha dañado su hígado.

Los resultados pueden ayudarlo a decidir si debe recibir tratamiento de inmediato o si debe esperar y ver qué le sucede a su hígado.

Pregúntele a su médico: ¿qué pruebas podría necesitar?

Qué puedo hacer para mantenerme saludable?

Si tiene hepatitis C, puede hacer algunas cosas para tratar de mantener su hígado lo más saludable posible.

Debes **evitar beber alcohol**. Incluso pequeñas cantidades de alcohol pueden dañar el hígado.

No es necesario que comas de una manera especial. Pero trate de mantener un peso saludable. Debes comer con sensatez y ceñirte a los alimentos saludables. Y debes hacer ejercicio regularmente.

Es posible que el médico te recomiende que te pongas vacunas para protegerte de los virus de la hepatitis A y de la hepatitis B. Si está infectado con estos virus, así como con hepatitis C, esto puede acelerar el daño a su hígado.

Pregúntele a su médico: ¿debo vacunarme contra la hepatitis A y B?

Hepatitis C: ¿qué es?

Qué me va a pasar?

Entre las personas con los genotipos más comunes (1, 2 y 3), las que tenían el genotipo 1 solían tener muchas menos probabilidades de deshacerse del virus mediante el tratamiento que las personas con el genotipo 2 o 3.

Pero los tratamientos más nuevos han cambiado esto. Ahora, la mayoría de las personas no tienen signos del virus seis meses después de terminar el tratamiento.

Es difícil decir lo que le sucederá si no recibe tratamiento. Muchas personas viven con el virus de la hepatitis C en sus cuerpos durante muchos años y no tienen ningún problema de salud. Sin embargo, otras personas sufren daño hepático (cirrosis).

La cirrosis puede causar problemas graves en el hígado, incluido el cáncer de hígado. Si le suceden estas cosas, es posible que necesite un trasplante de hígado.

Es una operación grande, y los hígados donados no siempre están disponibles. Pero puede salvarle la vida si su hígado está muy dañado.

Si está interesado en obtener más información sobre los medicamentos para tratar la hepatitis C, consulte nuestra información sobre *Hepatitis C: qué tratamientos funcionan*.

La información para el paciente de *BMJ Best Practice* del que se deriva este folleto se actualiza periódicamente. La versión más reciente de las Best Practice puede encontrarse en bestpractice.bmj.com. Esta información está destinada a los profesionales de salud. No sustituye al asesoramiento médico. Se recomienda encarecidamente que verifique de forma independiente cualquier interpretación de este material y, si tiene algún problema médico, acuda a su médico.

Consulte las condiciones de uso completas del BMJ en: bmj.com/company/legal-information. BMJ no ofrece ninguna declaración, condición, garantía o aval, ya sea explícito o implícito, de que este material sea exacto, completo, actualizado o adecuado para un fin determinado.

© BMJ Publishing Group Ltd 2025. Todos los derechos reservados.

