

La hepatitis A y los manipuladores de alimentos

En el condado de Los Ángeles, los casos de hepatitis A han aumentado entre las personas sin hogar y los consumidores de drogas. La hepatitis A puede diseminarse a través de alimentos o bebidas que han sido contaminadas con el virus. Si usted manipula alimentos, es importante tomar medidas para prevenir la propagación de la hepatitis A.

1. ¿Qué es la hepatitis A

Es una enfermedad muy contagiosa del hígado causada por el virus de la hepatitis A (germen) que se transmite de persona a persona. Los casos leves pueden durar unas semanas, mientras que los casos graves pueden durar varios meses.

2. ¿Cómo se propaga la hepatitis A?

La hepatitis A se propaga cuando alguien pone en su boca algo (objeto, comida o bebida) que ha estado en contacto con las heces de una persona infectada. La hepatitis A se puede propagar:

- Cuando se le olvida lavarse las manos después de tener contacto con heces infectada, por ejemplo, después de ir al baño o cambiar pañales
- Teniendo contacto sexual con una pareja infectada
- Consumiendo comida o bebidas que estén contaminadas con el virus

Los manipuladores de alimentos que estén infectados corren el riesgo de propagar la hepatitis A a otros si trabajan mientras que están infectados con hepatitis A y no practican el lavado de manos adecuadamente.

3. ¿Cuáles son los síntomas de la hepatitis A?

No todos los casos presentan síntomas. En caso de que se presenten síntomas, normalmente aparecen entre 2 y 6 semanas después de la infección. Algunos síntomas pueden ser:

- fiebre
- cansancio
- pérdida de apetito
- náusea
- vómito
- dolor estomacal
- orina (pipí) oscura
- heces de color gris
- dolor en las articulaciones
- piel y ojos amarillentos

4. ¿Cómo se trata la hepatitis A?

El tratamiento incluye reposo, buena nutrición, líquidos y vigilancia médica. Algunas personas pueden necesitar ser hospitalizadas. La mayoría de las personas que contraen la hepatitis A se recuperan completamente y no tienen daño hepático de largo plazo. Es importante dejar de manipular alimentos inmediatamente y consultar a un médico si tiene síntomas de la hepatitis A.

5. ¿Cómo pueden los manipuladores de alimentos protegerse de la infección?

La mejor manera de protegerse contra la infección por hepatitis A es vacunándose. Salud Pública recomienda que todos los manipuladores de alimentos que trabajan en lugares que proporcionan alimentos a las personas sin hogar se vacunen. Llame al 2-1-1 para ubicar las clínicas locales en su área que ofrecen vacunas gratuitas. Todos los manipuladores de alimentos deben seguir estos pasos de prevención:

- Use guantes al preparar la comida
- No venga a trabajar mientras está enfermo, especialmente si tiene diarrea
- Lávese las manos durante 20 segundos con agua y jabón después de usar el baño y antes de preparar o servir alimentos.



6 pasos para lavarse las manos

Lávese las manos con agua y jabón por al menos 20 segundos para prevenir la propagación de la hepatitis A.

1. Moje sus manos
2. Use Jabon
3. Frote
4. Enjuague
5. Seque
6. Apague el agua con una toalla de papel

¿Dónde puede obtener más información el público?

Departamento de Salud Pública del Condado de Los Ángeles
Llame al 2-1-1

Departamento de Salud Pública de California
916-558-1784

Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés)
800-CDC-INFO
800-232-4636