Publicado en *Familia y Salud* (https://www.familiaysalud.es)

La hepatitis A, ¿realidad o recuerdo en nuestro país?

¿Qué es la hepatitis A?

Es una infección del hígado por el virus con el mismo nombre: **virus de la hepatitis A** (VHA).

La infección da lugar a la inflamación de este órgano, que está en el lado derecho del abdomen, y puede alterar las funciones del mismo.

El hígado es muy importante. Es donde se producen elementos fundamentales (proteínas, factores de la coagulación...) y sustancias que sirven para hacer la digestión, como la bilis. También interviene en el procesamiento y eliminación de muchos de los nutrientes y medicamentos que se absorben. Además es el almacén de algunas moléculas como el glucógeno.

¿Es grave?

La hepatitis A pasa casi siempre desapercibida o tiene síntomas leves, sobre todo en los niños de menos de 6 años. La infección es más grave con la edad, y se pueden precisar cuidados en un hospital.

En casos muy raros, la infección por VHA puede dar lugar a una inflamación del hígado tan importante que éste falla. Es lo que se conoce como **hepatitis fulminante**. Esto suele pasar en personas de más de 50 años de edad o con una enfermedad del hígado previa (como hepatitis B o C).

A diferencia de otros virus de la hepatitis, la infección por el virus de la hepatitis A no se cronifica, y casi siempre pasa sola en menos de 2 meses, aunque puede llegar a tardar hasta 6 meses. Una vez que se pasa la enfermedad, ya no se vuelve a tener otra vez.

¿Cuáles son los síntomas?

Los síntomas aparecen entre 2 a 6 semanas desde que se coge el virus. La enfermedad puede dar la cara con distintos síntomas, que pueden ser diferentes de un paciente a otro.

Las más frecuentes son:

- Orina oscura (**coluria**)
- Piel y ojos amarillos (lo que se llama **ictericia**)
- Heces claras (**acolia**) o líquidas
- Fiebre

- Falta de apetito
- Cansancio
- Dolor de barriga
- Vómitos

Aunque de forma menos habitual, también podría aparecer dolor de articulaciones o erupciones en la piel.

En la exploración clínica, el médico puede encontrar estos síntomas y otros menos evidentes como un aumento del tamaño del hígado (hepatomegalia) y del bazo (esplenomegalia).

¿Cómo se transmite el virus de la hepatitis A (VHA)?

El VHA está en las heces de una persona infectada y se propaga al entrar estas en contacto con la boca de otra persona, y con ello con su sistema digestivo. Es lo que se llama una **transmisión fecal-oral.**

¿Pero cómo se produce este contacto?

El virus eliminado por las heces puede contaminar el agua, que si no se trata de forma adecuada, puede ser fuente de contagio, tanto si se bebe directamente como si se toman alimentos (frutas, verduras) que se hayan regado con ella y que no estén bien limpios o cocinados. Incluso puede contaminarse el marisco con aguas residuales.

También puede transmitirse la infección si no se hace un **correcto lavado de manos** tras limpiar las heces de personas enfermas, como puede pasar al cambiar pañales de los niños pequeños o ancianos. La mayor parte de las infecciones son por contacto en el hogar o con una pareja sexual con hepatitis A.

Aunque no es como tal una enfermedad de transmisión sexual como el SIDA u otros tipos de hepatitis (el VHA no está en semen o fluidos vaginales), puede transmitirse con prácticas sexuales que impliquen un contacto anal /oral, si no se usa buena protección de barrera (preservativo).

¿Es frecuente la hepatitis A?

Hay grandes **diferencias geográficas en la distribución de la hepatitis A** que varía según las condiciones sanitarias, el desarrollo social y económico del país y si hay o no vacunas. La transmisión del virus es más fácil cuando la higiene es pobre y las condiciones higiénico-sanitarias son malas.

En España, cuando no había sistemas de depuración y potabilización de las aguas, la hepatitis A era muy frecuente, y casi toda la población la pasaba en los primeros años de vida, con lo que se inmunizaba (adquiría defensas). Hoy en día es poco frecuente, la mayor parte de los contagios por VHA son en **los viajes a países** con malas condiciones sanitarias y de saneamiento de las aguas. También hay brotes familiares, en colegios, guarderías y en centros sanitarios, cuando no se siguen correctamente las medidas de higiene.

En los últimos años, se ha visto un aumento muy importante del número de casos de hepatitis A sobre todo en adolescentes y en adultos jóvenes, la mayor parte varones. Se sospecha que en estos casos, el virus se ha transmitido a través de las relaciones sexuales sin protección (contacto oral-anal).

¿Cómo se detecta?

Los médicos pueden pensar en hepatitis A en un paciente con síntomas, una exploración clínica y una historia compatible como pueden ser **viajes recientes a zonas donde la enfermedad es frecuente**, la toma de alimentos de procedencia dudosa, personal de colegio/guardería o sanitario…

A partir de una analítica de sangre, se pueden ver cifras altas de **transaminasas**, que son unas proteínas del hígado que suben cuando está inflamado, además de altas cifras de **bilirrubina**, tanto en sangre como en orina.

Tanto los síntomas como estos datos analíticos son iguales en todos los tipos de hepatitis. Para poder asegurar que se trata de una infección por VHA se pueden usar 2 métodos:

1- Detectar anticuerpos (defensas) en sangre frente al VHA: la detección de inmunoglobulina M (tipo de anticuerpo) nos dice que se trata de una infección que está en ese momento y la detección de inmunoglobulina G que ya ha pasado.

2- Detectar de forma directa el virus en sangre con técnicas de biología molecular (RT-PCR). Esta última técnica se hace solo en laboratorios especializados.

¿Se puede prevenir y/o tratar?

Aunque no hay a día de hoy ningún tratamiento específico para la infección por VHA, sí que puede prevenirse. Para tratar los síntomas leves hay que tener: descanso, una alimentación e hidratación adecuada y no tomar medicamentos como el paracetamol. La hospitalización puede ser necesaria en los casos más graves.

La mejor forma de prevenir la **hepatitis A** es tener un buen control sanitario (fuentes del agua aptas para consumo y preparación de los alimentos), tener una buena higiene (sobre todo el **lavado de manos** después de cambiar el pañal a los niños en guarderías y escuelas infantiles) y con la **vacunación.**

La vacunación es la mejor forma para prevenir la enfermedad. Hay dos tipos de vacunas contra la hepatitis A, que son seguras y eficaces. Una que protege solo frente al VHA y otra combinada que protege frente al VHA y también frente al virus de la hepatitis B.

Ambas vacunas se recomiendan solo en **mayores de un año de edad,** que no hayan pasado la enfermedad o no se hayan vacunado antes. Son vacunas inactivadas, es decir, hechas a partir de virus muertos.

Para una buena protección y que dure en tiempo, hay que administrar 2 o 3 dosis, según si la vacuna protege también frente a la hepatitis B o no.

La vacuna que protege solo frente a hepatitis A, se debe poner en dos dosis y dejar pasar, entre dosis, al menos 6 meses.

La vacuna que protege frente a hepatitis A y frente a hepatitis B se debe poner en tres dosis, con un mes entre la primera dosis y la segunda, y de seis meses entre la primera y la tercera.

En nuestro país la vacuna frente a hepatitis A, no está incluida en el **calendario de vacunación infantil de las distintas Comunidades Autónomas**, salvo en **Cataluña, Ceuta y Melilla**, donde vacuna a todos los niños.

En el resto de comunidades, solo se recomienda la vacunación a las **personas con mayor riesgo** de contraer la

infección y en las que tienen una mayor gravedad si se infectan como son:

- Viajeros a zonas donde es frecuente la infección

-Trabajadores del ámbito de la salud y a veces de guarderías y colegios.

- Personas con enfermedad crónica o en tratamiento con fármacos que pueden ser tóxicos para el hígado.

- Personas con infección por VIH.

- Niños nacidos en España, cuya familia proviene de **países donde la hepatitis A es** común y viajan con frecuencia a su país de origen.

- Contactos directos de pacientes con hepatitis A.

-También se recomienda en hombres que tienen sexo con hombres, personas que consumen drogas y personas en situación de prostitución.

Además, para evitar esta infección y muchas otras cuando se viaja a países con unas condiciones sanitarias más deficientes, hay que tener en cuenta lo siguiente:

- Beber siempre agua embotellada o la que nos puedan asegurar que ha seguido un proceso de potabilización ¡Cuidado también con los cubitos de hielo!
- No tomar las verduras y frutas crudas, y optar por las que hayan sido cocinadas, salvo que nos puedan asegurar que han sido correctamente procesadas.
- Lavarse meticulosamente las manos con agua y jabón y/o gel hidroalcohólica, antes de las comidas y tras ir al baño.

En los casos graves o en pacientes de riesgo en los que no se puede vacunar, se usa a veces un tratamiento que se llama gammaglobulinas, que es administrar directamente defensas frente al VHA.

¿Es necesario vacunar a mí hijo antes de que empiece la guardería o colegio?

No hace falta, salvo que pertenezcas a las Comunidades Autónomas que hemos comentado o si tu hijo es un paciente de riesgo: tiene una enfermedad crónica del hígado o tiene una enfermedad que disminuye las defensas (VIH).

En el caso de detectar un caso en un niño, las autoridades sanitarias pueden recomendar la vacunación del resto de niños de la clase y de sus cuidadores.

Para saber más:

- Hepatitis A: OMS
- Hepatitis A: CDC
- Información para el viajero sobre hepatitis A: Ministerio Sanidad
- Vacuna hepatitis A en el GIPI
- Vacuna de la hepatitis A del CAV-AEP

- Hepatitis A en el NIH
- Hepatitis virales en la WHA

Fecha de publicación: 15-04-2021

Autor/es:

- Alicia Berghezan Suárez. Pediatra. Hospital de Denia. Denia (Alicante)
- María Luisa García Gestoso. Pediatra.. Centro de Salud San Luis. Sevilla.
- Grupo de Patología Infecciosa. AEPap.

BY NC ND