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

Hepatitis

¿Qué es el hígado?

Es un órgano que está en el lado derecho del abdomen, justo debajo del pulmón derecho. Está protegido por las costillas.

Es muy importante. Tiene varias funciones:

- Fabrica muchas sustancias (proteínas, factores de la coagulación...)
- Almacenan otras (glucógeno).
- Participa en la modificación y eliminación de muchos medicamentos que se absorben en el intestino.
- Digestión y asimilación de alimentos, con la fabricación de bilis, entre otras sustancias.

¿Qué es la hepatitis?

Cuando el hígado se inflama, hablamos de hepatitis.

En esta situación, el hígado no puede hacer bien muchas de sus funciones.

En casi todos los casos, las hepatitis son silentes. Quiere decir que no producen síntomas y sólo se detectan de forma casual en un análisis de sangre.

¿Qué tipos de hepatitis hay?

Según la duración de los síntomas, se clasifican en agudas, si duran menos de 6 meses, y crónicas si persisten más tiempo.

¿Cuáles son las causas?

Pueden ser infecciosas o no infecciosas.

¿Cómo se produce una hepatitis infecciosa?

La causa más frecuente de hepatitis en los niños son las infecciosas, sobre todo las producidas por virus.

Dentro de las **hepatitis víricas**, encontramos:

- **Hepatitis A:** este tipo se contagia de forma fecal-oral. Es decir, por la ingestión del virus que emite un enfermo

en las heces. Por ello, es frecuente en los países donde no se tratan y se potabilizan las aguas. De hecho, era muy común en España antes de que se implantaran estas medidas. Hoy en día en nuestro medio, la forma más típica de contagio es durante los viajes a dichos países, por la toma de alimentos o agua contaminados.
En gran parte de los casos, pasará desapercibida, sobre todo en los niños más pequeños. Cuando hay síntomas, estos suelen ser ictericia (color amarillento de la piel), orinas oscuras, heces pálidas y/o líquidas, fiebre y dolor en la zona del hígado.

- **Hepatitis B:** la forma de contagio de este tipo, nada tiene que ver con la anterior. Puede ser por 3 vías:

  - Vía sexual: como cualquier enfermedad de transmisión sexual , si no se usa protección de barrera (preservativo).
  - Transmisión vertical, de la madre al hijo durante el embarazo o parto
  - Contacto sangre-sangre: a partir de transfusiones sanguíneas (esto ya no ocurre en la actualidad pues se analiza la sangre antes de utilizarla) o al compartir jeringuillas en pacientes consumidores de drogas .

  Además, las **personas portadoras del virus** son una fuente de contagio para los demás.
  Los síntomas que produce son menos evidentes que los de la hepatitis A y muchas veces pasa desapercibida. Sin embargo, tiene tendencia a cronificarse, Es decir, que causa una infección que se mantiene en el tiempo, y que a la larga, podría derivar en cáncer de hígado.

- **La hepatitis C:** la vía de contagio y la evolución puede superponerse a la de la hepatitis B. Pero es cierto que cuando la infección se hace crónica, suele reactivarse con más frecuencia.
- **La hepatitis D** (o delta), sólo afecta a pacientes que ya sufren hepatitis B. Empeora su evolución. Se transmite por las mismas vías que la hepatitis B.
- La **hepatitis E:** su transmisión es fecal- oral. En niños y adolescentes , si da síntomas, éstos son pasajeros. Es más peligrosa para mujeres embarazadas.
- **Otras hepatitis víricas**: se deben a virus que no son específicos del hígado. Pero también pueden afectarlo, aunque de forma transitoria. Se trata de virus mucho más comunes como el citomegalovirus o el virus de Epstein Barr (causante de la "enfermedad del beso").

En el transcurso de **infecciones bacterianas**, también puede afectarse el hígado, dando lugar a hepatitis agudas, que se resuelven solas con el tratamiento de la infección en sí.

¿Cuáles son las causas no infecciosas de hepatitis?

Hay otras causas de hepatitis que nada tienen que ver con las infecciones. Por ejemplo, el consumo excesivo y mantenido de **alcohol y drogas**. El hígado, de forma similar a lo que ocurre en las hepatitis B o C, se afecta de forma permanente y puede derivar en cáncer. Estas son las **hepatitis tóxicas**.

Algunos fármacos, generalmente cuando se producen intoxicaciones, pueden dar lugar a inflamación hepática o **hepatitis medicamentosa.** Pueden causar un fallo de la función del hígado. Es lo que ocurre, por ejemplo, en las intoxicaciones por paracetamol.

En nuestra sociedad, es cada vez más habitual encontrar lo que se llama **hepatitis grasa.** Está relacionada con

nuestros hábitos alimenticios y estilo de vida. Suele producirse en niños con obesidad, con diabetes tipo II (que tiene que ver con la dieta) o con alteraciones en las grasas (colesterol y triglicéridos). En estos casos encontramos acúmulos de grasa en el hígado. Da lugar a la **enfermedad hepática grasa no alcohólica,** que en su forma más grave puede producir hepatitis.

Mucho menos frecuentes, son las enfermedades del hígado que tienen una base genética. Es el propio cuerpo el que da lugar a la inflamación del hígado. Hablamos de:

- **Hepatitis autoinmunes**: en las que son las propias defensas las que "atacan" al hígado.
- **Hepatitis metabólicas:** el organismo no es capaz de eliminar ciertas sustancias que se acumulan en el hígado y lo dañan. Aquí se agrupan varias enfermedades raras: hemocromatosis (acúmulo de hierro), enfermedad de Wilson (acúmulo de cobre), glucogenosis, tirosinemias....

¿Cómo se detecta la hepatitis?

Los síntomas clásicos de las hepatitis son:

- Ictericia de la piel (color amarillo) y de las conjuntivas
- Orina oscura y heces pálidas
- Náuseas
- Dolor abdominal,
- Malestar o inapetencia

Si se trata de una hepatitis de causa infecciosa, suele haber fiebre. A veces, también pueden notar dolor en las articulaciones o erupciones en la piel. Pero estas manifestaciones no siempre están presentes. Y no es raro que la hepatitis dé pocos síntomas o ninguno, sobre todo en los niños pequeños.

El médico podrá detectar, al palpar el abdomen del niño, el posible aumento del tamaño del hígado (hepatomegalia) y a veces también del bazo (esplenomegalia).

La confirmación de si se tiene o no una hepatitis se sabe a través un análisis de sangre. En este se encontrarán elevadas unas proteínas del hígado, que llamamos transaminasas. Aumentan cuando el hígado se inflama, es decir, cuando hay una hepatitis.

Para investigar la causa de esta hepatitis, el médico tendrá en cuenta muchos datos: viajes recientes, si hay obesidad, la dieta, antecedentes en la familia... Puede que tengan que realizarse más pruebas, como analíticas más amplias (anticuerpos contra los virus), ecografías del abdomen o incluso biopsia (en la que se toma un trocito del hígado y se analiza).

¿Qué puede ocurrir si tengo hepatitis?

Como ya hemos comentado, la mayor parte de las hepatitis en la infancia son de causa infecciosa y cursan de forma aguda. Se resuelven solas en la mayor parte de los casos.

Cuando la inflamación del hígado se mantiene en el tiempo, es decir, se convierte en una hepatitis crónica, sea por la causa que sea, puede ocurrir que evolucione a cirrosis (cuando el hígado está tan inflamado que se endurece) ,

a cáncer o a fallo hepático (cuando el hígado deja de funcionar por completo). Si el hígado falla, y se cumplen las condiciones necesarias, puede realizarse un trasplante de hígado.

¿Cómo se tratan las hepatitis?

Afortunadamente, la mayor parte de las hepatitis que no se curan solas, tienen un tratamiento específico.

Si la causa es infecciosa, no hace falta llevar una dieta estricta, ni guardar reposo en cama. Será el propio paciente el que marque el ritmo en función de cómo se encuentre.

Deben evitarse ciertos medicamentos (paracetamol) y el alcohol en adolescentes y adultos.

¿Cómo prevenirla?

Pues depende de la causa.

La mejor forma de prevenir la hepatitis A, es manteniendo siempre un buen control sanitario y de higiene, tanto en casa como cuando estamos de viaje. Usar fuentes de agua aptas para el consumo. Preparar los alimentos con agua tratada o bien cocinarlos. Lavado de manos tras ir al baño o cambiar pañales y antes de las comidas.

Existe una vacuna eficaz comercializada en nuestro país. Pero por el momento solo se recomienda en casos especiales, como viajeros a zonas donde es frecuente la infección, trabajadores del ámbito de la salud y en ocasiones de guarderías, enfermos crónicos del hígado o contactos domiciliarios. Sin embargo, en algunas Comunidades autónomas como Cataluña, Ceuta o Melilla, sí que se vacunan todos los niños y adolescentes.

La vacunación contra la hepatitis B se administra desde hace varios años en España a todos los lactantes y adolescentes. Esto ha disminuido la aparición de nuevos casos. Otra forma de control es hacer análisis a las mamás embarazadas para ver si son portadoras del virus. En este caso, al recién nacido nada más nacer se le pondrá la vacuna y un medicamento denominado gammaglobulina, específica para la hepatitis B.

En el caso de la hepatitis C, no hay por el momento una vacuna eficaz. Las medidas para evitar el contagio son el control de transfusiones, recomendar no compartir nunca jeringuillas y practicar “sexo seguro” con métodos de barrera (preservativo). De esta forma, también evitaremos el contagio de muchas otras enfermedades, entre ellas la hepatitis B y el SIDA.

Por otro lado, llevando una dieta sana, rica en fruta y verduras y realizando un ejercicio regular podremos evitar la hepatitis grasa.

¿Si mi hijo tiene hepatitis, puede ir a la guardería o al colegio ?

Los niños con hepatitis A, y con más razón los que usan pañales, no deben ir a la guardería o a la escuela hasta una semana después del comienzo de la enfermedad. También se debe informar pronto, para que se puedan aplicar medidas preventivas a los otros niños que van al centro y a los cuidadores.

En el caso de las hepatitis B y C no se debe limitar el ir a colegios y guarderías, salvo casos excepcionales (conducta muy agresiva por peligro de mordeduras, heridas que sangren, etc.).

Las hepatitis no infecciosas (tóxicas, medicamentosas, etc,) no son contagiosas. No se necesitan medidas de control para evitar la transmisión.

Enlaces de interés

- *World Hepatitis Alliance*. Organización No Gubernamental que engloba diversas asociaciones que trabajan en relación con la Hepatitis viral
- Día Mundial de la Hepatitis: 28 de julio de 2020. Campañas mundiales de salud pública de la *OMS*

Autores articulo original:
- ***Manuel Merino Moína.***
- ***Juan Bravo Acuña.***

Fecha de publicación: 17-07-2013

Última fecha de actualización: 15-06-2020

Autor/es:

- Alicia Berghezan Suárez. Pediatra. Hospital de Denia. Denia (Alicante)

BY NC ND