



La hepatitis C y la salud de la comunidad LGBTQ+

CONSEJOS PARA PROVEEDORES DE SALUD Y SERVICIOS SOCIALES

¿QUÉ ES LA HEPATITIS C?



La hepatitis C es una enfermedad hepática grave; sin embargo, esta enfermedad tiene cura. Si no se trata, la hepatitis C puede ser una infección de por vida que puede provocar problemas de salud graves, como el daño hepático, la cirrosis (cicatrización del hígado), cáncer hepático e incluso la muerte. Esta enfermedad no suele tener síntomas, de modo que la única forma de saber si la tiene es hacerse la prueba. Aunque no existe una vacuna para prevenir la hepatitis C, hay medicamentos que curan a las personas que viven con hepatitis C en tan solo 8 semanas.

¿CÓMO SE TRANSMITE LA HEPATITIS C?



La hepatitis C se contagia cuando la sangre de una persona con hepatitis C se encuentra con la sangre de otra persona. La hepatitis C se contagia más comúnmente al compartir jeringas y otros elementos (como calentadores, frascos, algodón, agua, etc.) que se usan para inyectar silicona, drogas, hormonas o vitaminas. La hepatitis C puede contagiarse al compartir elementos para aspirar o fumar drogas, como sorbetes, billetes o pipas de vidrio. La hepatitis C también puede contagiarse mediante equipos para tatuajes o piercing que se usan en lugares sin licencia. La hepatitis C puede sobrevivir en las superficies y los objetos durante varias semanas.

¿QUIÉN ESTÁ EN RIESGO DE CONTRAER HEPATITIS C?



Las personas de la comunidad LGBTQ+ no tienen más riesgo de contraer hepatitis C que otras personas. Determinadas actividades, si no se hacen de manera segura, pueden aumentar el riesgo de una persona de contraer la infección, independientemente de su orientación sexual o género. Las personas que viven con VIH o que tienen un sistema inmunitario debilitado tienen menos capacidad de combatir las infecciones y pueden tener un riesgo más alto de contraer hepatitis C.

¿PUEDE CONTAGIARSE LA HEPATITIS C MEDIANTE LAS RELACIONES SEXUALES?



La transmisión sexual de la hepatitis C es un tema complejo y seguimos aprendiendo al respecto. Aunque es poco frecuente, la hepatitis C puede contagiarse durante las relaciones sexuales con una pareja si hay presencia de sangre, como las relaciones sexuales sin preservativo, las relaciones sexuales con el puño o el uso de juguetes sexuales o elementos compartidos, como látigos o cargadores. Tener una infección de transmisión sexual (ITS), tener relaciones sexuales con distintas parejas y tener sexo anal puede aumentar el riesgo de una persona de contraer hepatitis C.

RECURSOS

Materiales de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, por su sigla en inglés)

- [Hepatitis C: información general](#)
- [Hepatitis C: qué esperar al hacerse la prueba](#)
- [Hepatitis viral: información para hombres homosexuales y bisexuales](#)
- [La hepatitis C y el consumo de drogas inyectables](#)
- [Prueba de hepatitis C durante todos los embarazos](#)
- [Amamantar a bebés cuando vive con hepatitis C](#)
- [Conozca más sobre la hepatitis: los CDC recomiendan que todos los adultos se hagan la prueba de hepatitis C](#)

Materiales de Howard Brown Health

- [Instrucciones para la inyección de hormonas](#)

Materiales del Departamento de Salud del Estado de Washington

- [Programas de servicios de jeringas en Washington](#)

TENGA EN CUENTA ESTOS CONSEJOS

para ayudar a que las personas entiendan mejor y eviten la transmisión de la hepatitis C.

Hágase la prueba de hepatitis C:

- Todas las personas deben hacerse la prueba de hepatitis C al menos una vez en su vida.
- En el caso de las personas que viven con VIH, toman PrEP (por su sigla en inglés, profilaxis preexposición) para el VIH o se inyectan sustancias, se recomienda hacer una prueba al año.
- Saber el estado de la hepatitis C les permitirá buscar tratamiento y evitar el contagio de la enfermedad a otras personas.
- Anime a las personas que tengan un resultado positivo en la prueba de hepatitis C a que hablen con un médico, un enfermero u otro profesional de la salud sobre las opciones de tratamiento. La hepatitis C se puede curar, y los tratamientos son los mejores hasta el momento. Casi todas las personas que viven con hepatitis C, incluidas las que también tienen VIH, pueden curarse en un plazo de 8 a 12 semanas con medicamentos orales que tienen muy pocos efectos secundarios o ninguno. Todos tienen derecho a recibir tratamiento y curarse.

Reduzca la transmisión de la hepatitis C durante las relaciones sexuales:

- Recuérdeles a las personas que tengan precaución con las actividades sexuales que pueden implicar sangre, como el sexo anal o las relaciones sexuales con el puño, y analicen estrategias sexuales más seguras. Anímelas a usar preservativos o guantes de látex o poliuretano, y que se pongan elementos nuevos y sin usar con cada pareja nueva. Si tienen relaciones sexuales con el puño, deben controlarse las manos en busca de cortes o cutículas con sangre.
- Anime a las personas a que eviten compartir juguetes sexuales u otros elementos con distintas personas durante las relaciones sexuales o que los cubran con preservativos o los laven minuciosamente antes de usarlos con otra persona.

Hágase la prueba de ITS cada 3 a 6 meses:

- Las llagas y verrugas de las ITS, como la sífilis, las verrugas anales y genitales, y el herpes, pueden ser la puerta de entrada para la hepatitis C. Anime a las personas que tengan un resultado positivo en una prueba de ITS a que reciban tratamiento e intenten esperar un tiempo prudencial para curarse antes de retomar la actividad sexual.

Reduzca la transmisión de la hepatitis C durante las inyecciones:

- Anime a las personas que se inyectan hormonas, silicona, drogas o vitaminas a que eviten compartir los

elementos y a que consigan elementos nuevos de un programa de servicios de jeringas o en una farmacia local.

- Anime a las personas que aspiran o fuman drogas a que eviten compartir sorbetes, billetes o pipas, ya que estos elementos pueden tener pequeñas cantidades de sangre.
- Anime a las personas a acudir solo a lugares de tatuajes, piercings corporales, arte corporal o cosmética permanente que estén autorizados por el Departamento del Estado de Washington o que tengan su licencia.

Personas que viven con hepatitis C:

- Anímelas a evitar o reducir el consumo de alcohol. El consumo de alcohol implica más trabajo para el hígado, lo que aumenta el riesgo de daño hepático.
- Recuérdeles que consulten a un médico sobre cualquier medicamento o suplemento a base de hierbas que estén tomando.
- Anímelas a vacunarse contra la hepatitis A y la hepatitis B; tener hepatitis C y otro tipo de hepatitis puede provocar problemas de salud graves.
- Las personas que viven con hepatitis C deben mantener un peso saludable, llevar una dieta sana y hacer ejercicio regularmente para proteger su estado de salud general.

Evite la reinfección con hepatitis C entre las personas que ya han tenido hepatitis C:

- La mejor manera de evitar la reinfección es evitar el contacto con la sangre que tiene el virus.
- Anime a las personas que se inyectan sustancias a no compartir agujas, jeringas u otros elementos utilizados para inyectarse drogas, silicona, hormonas o vitaminas. Los programas de servicios de jeringas pueden proporcionar agujas y otros elementos limpios.
- Fomente el uso de un preservativo u otro método de barrera durante las relaciones sexuales, y que las personas se controlen en busca de llagas y verrugas antes de tener relaciones sexuales.
- Fomente las pruebas de hepatitis C de rutina. Cuando una persona se infecta, siempre tendrá anticuerpos para la hepatitis C (es decir, la respuesta del cuerpo al virus, como "huellas" que dan cuenta de que el virus estuvo allí). Eso significa que, en todas las pruebas futuras, se necesita una prueba de hepatitis C que detecte el propio virus (denominada prueba de PCR o ARN) para confirmar si la infección es actual.