



Columna

Gustavo Rojas Medina,
jefe del Departamento de Salud Pública Seremi de Salud Ñuble



Una amenaza que podemos detener

La hepatitis A es una enfermedad viral altamente contagiosa que si bien es normal que se manifiesten más casos en época estival, ha registrado un aumento en Ñuble durante los últimos meses, registrándose un total de 16 casos confirmados durante enero de 2025. Este incremento pone en evidencia la necesidad urgente de reforzar las medidas de prevención y detección, especialmente en una región donde las condiciones de saneamiento y hábitos de higiene pueden jugar un rol crucial en su propagación.

La hepatitis A se puede prevenir con las medidas de autocuidado así como también con la vacunación gratuita y de dosis única.

náuseas, dolor abdominal y el signo de ictericia (coloración amarilla de la piel y ojos), pueden ser leves o incluso inexistentes en niños menores, lo que convierte a este grupo en un vehículo inadvertido de transmisión.

La principal vía de contagio es fecal-oral, ya sea por contacto directo con una persona infectada o a través del consumo de alimentos y agua contaminados. Ver-

duras que crecen a ras del suelo y moluscos crudos o mal cocidos son ejemplos comunes de fuentes de infección. Esto refuerza la importancia de mantener prácticas básicas de higiene, como lavarse correctamente las manos, desinfectar alimentos y superficies, y evitar el contacto oral con heces en el contexto de las prácticas sexuales.

En la Región de Ñuble, donde las cifras históricas entre 2019 y 2024 alcanzan los 172 casos, la prevención debe convertirse en una prioridad colectiva. Cocinar alimentos a temperaturas superiores a 85°C, consumir carnes, pescados y mariscos bien cocidos, lavar frutas y verduras especialmente si se comen crudas, utilizar cloro para desinfectar superficies y utilizar agua potable o hervirla por más de un minuto si no está seguro del origen, son medidas simples pero efectivas que todos podemos adoptar, así como adquirir o consumir alimentos solo en locales comerciales autorizados por la autoridad sanitaria.

La hepatitis A se puede prevenir con las medidas de autocuidado así como también con la vacunación gratuita y de dosis única, que reciben niñas y niños a los 18 meses de acuerdo al calendario nacional de inmunizaciones. Es fundamental también estar atentos a los síntomas y buscar atención médica oportuna. Los profesionales de salud desempeñan un rol fundamental en el diagnóstico temprano, especialmente al considerar los antecedentes epidemiológicos y las posibles exposiciones a factores de riesgo.