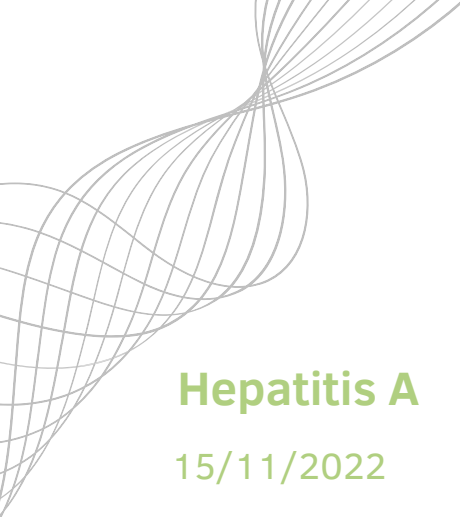




HEPATITIS A

AESAN





Hepatitis A

15/11/2022

¿Qué es la Hepatitis A?

La hepatitis A es una enfermedad inflamatoria hepática aguda, causada por el virus de la hepatitis A (VHA). Es una enfermedad de distribución mundial que puede presentarse de forma esporádica o, cuando afecta a muchos individuos de una población, de forma epidémica.

El VHA es un virus ARN, que pertenece a la familia Picornaviridae, género Hepatovirus. En condiciones favorables, el VHA puede sobrevivir en el medio ambiente durante meses. El virus se inactiva mediante tratamiento térmico. Este virus se puede encontrar en las heces de las personas infectadas.

¿Cómo se transmite el VHA por vía alimentaria?

La hepatitis A es una enfermedad vírica que se puede transmitir por vía alimentaria. Se produce generalmente por ingestión de agua o alimentos contaminados por heces de personas infectadas.

La transmisión por el agua de bebida no es frecuente, pero cuando ocurre, suele estar relacionada con la contaminación de la misma por aguas residuales o por el abastecimiento de agua que no ha recibido un tratamiento de desinfección adecuado.



¿Cuáles son los alimentos más frecuentemente asociados con la Hepatitis A?

La hepatitis A suele asociarse al consumo de frutas y hortalizas crudas y de moluscos bivalvos, como ostras, almejas o mejillones, consumidos en crudo o poco cocinados. La contaminación de estos alimentos se suele producir cuando entran en contacto con aguas contaminadas con el VHA, antes de su cosecha (frutas y hortalizas), o recolección (moluscos).

También, los alimentos listos para consumo (como bocadillos o ensaladas) pueden contaminarse cuando han sido preparados por una persona infectada que no ha adoptado medidas adecuadas de higiene al manipularlos.

¿Es frecuente la Hepatitis A en la UE y en España?

La hepatitis A es una enfermedad de distribución mundial. Se pueden distinguir zonas geográficas de nivel alto, intermedio o bajo de infección por el VHA. Tanto la UE como España tienen bajo nivel de hepatitis A.

En la Unión Europea, se notificaron 7 brotes de transmisión alimentaria de hepatitis A en 2020, y 20 brotes en 2019.

En España, la hepatitis A es una enfermedad de declaración obligatoria. En 2018, se notificaron 3 brotes de transmisión alimentaria y 3 brotes transmitidos por agua de bebida.



¿Con qué síntomas cursa la Hepatitis A?

El período de incubación es de 15 a 50 días, con una media de 28 días.

Las personas infectadas no siempre presentan síntomas. Entre los más frecuentes se encuentran la ictericia (coloración amarillenta de la piel y los ojos), y orina oscura (por la presencia de bilirrubina). Estos pueden ir precedidos de fiebre, náuseas, dolor abdominal y pérdida de peso.

Los adultos presentan síntomas con mayor frecuencia que los niños. De hecho, la gravedad y la mortalidad de la enfermedad aumentan con la edad. Los menores de seis años infectados no suelen experimentar síntomas apreciables, y solo el 10% muestran ictericia.

La enfermedad suele durar entre 2-7 semanas, pero en ocasiones se puede prolongar hasta los 6 meses.

¿Qué hacen los operadores de empresas alimentarias para controlar la Hepatitis A?

Los operadores de las empresas alimentarias son los responsables de la puesta en el mercado de alimentos seguros, debiendo cumplir con elevados estándares de higiene e implementar sistemas de autocontrol, sin menoscabo de las verificaciones que las autoridades competentes llevan a cabo. Para la prevención de la Hepatitis A se deben aplicar medidas de control en todas las etapas de la cadena alimentaria.



En las empresas alimentarias, los operadores deberán aplicar buenas prácticas de higiene, especialmente durante la manipulación de los alimentos, que eviten la contaminación cruzada entre alimentos contaminados y los que no lo están, mediante el lavado de manos o el empleo de diferentes utensilios entre alimentos crudos y cocinados, entre otras medidas. Además, los operadores deberán ajustarse a sus programas basados en el análisis de peligros y puntos de control crítico (APPCC).

¿Qué controles realizan las autoridades competentes en las industrias alimentarias?

Las autoridades competentes llevan a cabo controles oficiales para comprobar que las empresas alimentarias cumplen con todos los requisitos legales, aplican sistemas de autocontrol y trabajan de acuerdo a buenas prácticas de higiene y buenas prácticas de fabricación, para garantizar la puesta en el mercado de alimentos seguros. Dichos controles oficiales se realizan sobre todos los establecimientos alimentarios con regularidad, en forma de inspecciones, auditorías y toma de muestras de alimentos para su análisis.



¿Qué puedo hacer como consumidor?

Las medidas de prevención en relación con la Hepatitis A en el hogar para evitar la transmisión a través de los alimentos son similares a las adoptadas contra otras enfermedades de transmisión alimentaria.

En primer lugar, es imprescindible mantener la higiene en la cocina:

- Lávate las manos con jabón y agua caliente, antes y después de manipular los alimentos, tras contactar con cualquier material sucio (pañales, residuos, animales) y especialmente después de usar el cuarto de baño.
- Las manos, las superficies y los utensilios de cocina utilizados se deben lavar a fondo después de manipular carnes, pescados, huevos, frutas y vegetales no lavados y cualquier otro alimento crudo.
- En la nevera, deben estar separados los alimentos crudos de los cocinados, y estos últimos deben almacenarse en recipientes cerrados.

Los alimentos de origen animal se deben cocinar completamente antes de su consumo. El VHA es un virus termosensible, de manera que el cocinado completo y homogéneo a 90°C durante al menos 90 segundos lo destruirá. En el caso de alimentos envasados, hay que tener en cuenta las condiciones de utilización reflejadas en el etiquetado. Si se indica que el producto se debe cocinar antes de ser consumido, no deberá emplearse para su consumo en crudo. Tras el cocinado, si no se van a consumir inmediatamente, los alimentos deben conservarse en refrigeración.



MINISTERIO
DE DERECHOS SOCIALES, CONSUMO
Y AGENDA 2030



agencia
española de
seguridad
alimentaria y
nutrición