

# La hepatitis A y los trabajadores de los servicios de comidas

LO QUE DEBE SABER PARA QUE USTED Y SUS CLIENTES SE MANTENGAN SALUDABLES

La hepatitis A es una infección del hígado muy contagiosa que se propaga a través de alimentos o agua contaminados.

## Los síntomas de hepatitis A incluyen:

- Náuseas
- Vómitos
- Fiebre
- Dolor articular
- Fatiga
- Pérdida de apetito
- Dolor abdominal
- Orina oscura/o heces de grisáceas
- Color amarillento en la piel o los ojos (ictericia)

El virus de la hepatitis A vive en las heces de una persona infectada y se transmite a través de alimentos u objetos cuando no se lavan bien las manos después de usar el baño.



**Cuando esté en duda, ¡lávese las manos!**

Lavarse las manos es su mejor defensa para que usted y los demás se protejan contra las enfermedades que se transmiten en los alimentos y otras enfermedades infecciosas.



**Use guantes cuando prepare/manipule alimentos.**

## ¿Qué puedo hacer?

**Usted puede contagiar el virus de la hepatitis A a los demás por hasta 2 semanas antes de que aparezcan los síntomas. Para evitar el contagio:**

- Use guantes cuando prepare/manipule alimentos
- Lávese las manos antes y después de preparar alimentos
- Lávese las manos después de usar el baño
- Vacúnese para protegerse contra la hepatitis A

**\*\*Si tiene síntomas NO VAYA A TRABAJAR.** Consulte a su médico de inmediato. Reporte sus síntomas a su gerente lo antes posible.

Para obtener más información sobre la hepatitis A, visite <https://www.dhhs.nh.gov/dphs/cdcs/hepatitisa/hepa-nh.htm>