

La tuberculosis y usted

Guía sobre el tratamiento de la tuberculosis y los servicios relacionados

La tuberculosis (en inglés conocida como TB) es una enfermedad grave que puede dañar los pulmones u otras partes del cuerpo como el cerebro, los riñones, o la espina dorsal. Existen medicamentos para tratar la tuberculosis. La tuberculosis puede causarle la muerte si no se le trata.

Los médicos deben reportar casos de tuberculosis al departamento de salud local debido a que es una enfermedad muy grave y se contagia de una persona a otra. El departamento de salud debe cumplir las leyes dando seguimiento a dichos reportes para evitar que otras personas contraigan tuberculosis.

Cómo se contagia la tuberculosis

La tuberculosis se contagia a través del aire cuando una persona enferma con tuberculosis en los pulmones tose, estornuda, canta o habla. Otras personas pueden infectarse aspirando los gérmenes dentro de sus pulmones.

Las personas infectadas con tuberculosis por lo general han estado en contacto cercano con una persona enferma con tuberculosis. Los familiares, los compañeros de alojamiento, los amigos o los compañeros de trabajo cercanos de una persona enferma con tuberculosis tienen más probabilidades de contagiarse. Esto sucede porque pasan periodos largos de tiempo juntos en espacios cerrados como la casa o la oficina.

La tuberculosis no se contagia con un apretón de manos, al besar, al tener relaciones sexuales, compartir anteojos, platos, utensilios, vestimenta, ropa de cama o muebles. La tuberculosis no se puede propagar a través del aire en el exterior.

Infección con tuberculosis latente (ITBL)

La mayoría de las personas que se infectan con tuberculosis no se enferman. Sus organismos son capaces de combatir los gérmenes de tuberculosis. Esto se conoce como infección con tuberculosis latente o ITBL. Las personas con ITBL no se sienten enfermas y no presentan signos de tuberculosis. Ellos no pueden contagiar la tuberculosis a otras personas.

Enfermedad de tuberculosis

Una persona puede tener ITBL durante semanas, meses o años porque su organismo combate los gérmenes de tuberculosis. Si su organismo no puede enfrentar a los gérmenes de tuberculosis, él o ella enferman con tuberculosis. Las personas enfermas con tuberculosis no se sienten bien y pueden contagiar la tuberculosis a otras personas.

Cómo se diagnostica la tuberculosis

El médico utiliza su historial médico y varios exámenes para diagnosticar la enfermedad de tuberculosis. Estos son:

- la prueba de tuberculosis en la piel,
- radiografías del pecho, y
- análisis de laboratorio.

Usted oirá hablar acerca de los siguientes análisis clínicos o de laboratorio durante su diagnóstico y tratamiento:

- **Análisis de esputo.** Estos análisis se realizan con la flema que se expulsa de los pulmones (esputo). Utilizando un microscopio, se buscan gérmenes que parezcan de tuberculosis en la flema. En ocasiones, los gérmenes de tuberculosis no pueden verse bajo el microscopio, pero una persona aún puede tener tuberculosis.

Por ello también se hace un **cultivo de esputo**. Si los gérmenes que crecen en el cultivo son de tuberculosis, usted está enfermo con tuberculosis. Toma alrededor de dos meses obtener los resultados de un cultivo de esputo.

- **Sensitividad a los fármacos.** También se hacen pruebas para asegurar que los medicamentos que se utilizan para tratar la tuberculosis destruyan a sus gérmenes de tuberculosis. Demora otras dos semanas obtener los resultados de las pruebas de sensibilidad a los fármacos. Con frecuencia el tratamiento contra la tuberculosis empieza ANTES de que se obtengan los resultados.
- **Prueba de detección del VIH.** Todas las personas que tienen tuberculosis deben hacerse una prueba de VIH (Virus de Inmunodeficiencia Humano). El VIH se contagia al entrar en contacto con la sangre o los líquidos corporales infectados. Esto puede ocurrir al tener relaciones sexuales, al compartir agujas, y puede transmitirse de la madre al bebé durante el parto o la lactancia. El VIH debilita el organismo y le impide combatir las enfermedades. Una persona puede estar infectada con el VIH sin saberlo.

Si una persona está infectada con el VIH, ello puede cambiar la manera en que se trata el VIH. Por eso usted debe hacerse una prueba de VIH.

Tratamiento de la tuberculosis

En Carolina del Norte, el departamento de salud puede proporcionarle los medicamentos en forma gratuita.

La tuberculosis puede curarse con el tratamiento adecuado. Los fármacos que se utilizan con más frecuencia para tratar la tuberculosis son:

- Isoniazida (INH)
- Rifampicina (RIF)
- Etambutol (EMB)
- Pirazinamida (PZA)

Se administran estos cuatro medicamentos juntos mientras se esperan los resultados de los cultivos de esputo y de las pruebas de sensibilidad a los fármacos.

Puede que usted sólo necesite tomar tres fármacos cuando se obtengan los resultados de sus pruebas de sensibilidad a los fármacos. Después de 8 semanas, es posible que usted sólo necesite tomar dos fármacos.

Duración del tratamiento

Toma mucho tiempo eliminar los gérmenes de la tuberculosis. Los medicamentos contra la tuberculosis se toman por lo menos durante 6 meses, a veces por más tiempo. Es posible que usted se sienta mucho mejor antes de que termine ese plazo. Aun si usted se siente mejor, es importante que tome sus medicamentos por el plazo que el médico le indique. Si deja de tomar alguno de sus medicamentos o no lo toma durante el tiempo suficiente:

- Usted puede volver a enfermarse
- Usted puede contagiar a otras personas
- Puede ser más difícil tratar su tuberculosis debido a que los fármacos ya no destruirán a sus gérmenes de la tuberculosis.

Medicamentos contra la tuberculosis

Los medicamentos contra la tuberculosis y otros medicamentos

Algunos medicamentos pueden afectar o ser afectados por sus medicamentos contra la tuberculosis. Cuando visite a un proveedor de atención médica, traiga consigo una lista de todo lo que toma (vitaminas, hierbas, medicamentos de receta médica y medicamentos que puedan comprarse sin una receta del médico). Consulte con la enfermera o el médico encargados del control de la tuberculosis antes de tomar un medicamento nuevo.

Los medicamentos contra la tuberculosis y las bebidas alcohólicas

Proteja su hígado: nunca beba alcohol mientras esté tomando medicamentos contra la tuberculosis. El tomar bebidas alcohólicas a la vez que toma medicamentos contra la tuberculosis puede dañar al hígado.

Problemas con los medicamentos contra la tuberculosis

La mayoría de las personas toman los medicamentos contra la tuberculosis sin problemas. En ocasiones, los fármacos utilizados para tratar la tuberculosis pueden causar problemas. Algunos de los problemas son menores, mientras que otros son más serios.

Las mujeres no deben embarazarse mientras toman los medicamentos contra la tuberculosis.

Lo que usted debe saber acerca de los medicamentos contra la tuberculosis

- La rifampicina puede ocasionar una coloración naranja en la orina, las lágrimas, las heces, y el sudor. Puede manchar los lentes de contacto blandos.
- La rifampicina y la pirazinamida pueden hacer que la piel se vuelva más sensible al sol. Utilice un bloqueador solar y cubra su piel para evitar quemaduras por el sol.
- La rifampicina hace que los anticonceptivos de hormonas (las píldoras, los anillos, los implantes, las inyecciones, etc.) sean menos efectivos. Utilice un método anticonceptivo opcional (condones) para no tener un embarazo.
- El tomar rifampicina junto con metadona puede causar síntomas de abstinencia. Consulte con el médico que le recetó la metadona sobre cómo puede regular este medicamento.

Problemas médicos de seriedad

Usted debe llamar inmediatamente a la enfermera encargada del control de la tuberculosis si tiene alguno de los siguientes síntomas:

- Pérdida del apetito constante sin motivo aparente
- Se siente constantemente cansado o débil
- Náusea, vómito, hinchazón o dolor abdominal sin una causa conocida
- Una coloración amarillenta en la piel o los ojos
- Orina de color del té o cola
- Fiebre
- Dolor abdominal
- Hormigueo (como punzadas de agujas) en los dedos de las manos y los pies
- Salpullido o comezón en la piel
- Sangrado o moretones inusuales
- Dolor en las articulaciones
- Mareos o confusión
- Adormecimiento alrededor de la boca
- Visión borrosa o cambios en la visión
- Un zumbido en el oído o problemas de audición
- Cualquier otro síntoma inusual

Si tiene alguno de estos síntomas en la noche o durante el fin de semana, llame a su principal proveedor de atención médica o acuda a la sala de emergencias. Lleve consigo una lista de todos los medicamentos que está tomando.

Números telefónicos importantes

Enfermera de tuberculosis _____

Médico _____

Observación directa del tratamiento

No es fácil tomar medicamentos durante mucho tiempo, especialmente cuando usted empieza a sentirse mejor. Una persona del Departamento de Salud le verá tomar el medicamento. Esto se llama Observación directa del tratamiento (ODT), y así lo exigen las leyes de Carolina del Norte. Ello le ayuda a tomar los medicamentos en la forma correcta y durante el tiempo necesario.

Mientras usted esté bajo ODT:

- Tomará sus medicamentos diariamente por lo menos durante dos (2) semanas.
- Luego de ello, puede que se cambie la frecuencia de su medicamento a dos (2) veces a la semana, dependiendo de su situación.
- Usted puede acudir a nuestra clínica para tomar sus medicamentos, o la enfermera puede reunirse con usted en un lugar que usted elija (por ejemplo, su trabajo, su escuela o su hogar).
- La enfermera seguirá de cerca su progreso.
- Usted contará con apoyo y tendrá la oportunidad de hacer preguntas.

Cómo proteger a otras personas contra la tuberculosis

Es posible que usted haya tenido una enfermedad de tuberculosis activa durante algún tiempo antes de que se le diagnosticara. Usted deberá proporcionar a su enfermera de tuberculosis información acerca de las personas con quienes haya tenido un contacto cercano (familiares, compañeros de vivienda, amistades, compañeros de trabajo cercanos, etc.). Es importante que usted nos diga los nombres, las direcciones y los números telefónicos de sus contactos cercanos. El departamento de salud se encargará de informar a sus contactos de la escuela, la iglesia, el trabajo, etc. si ellos necesitan hacerse una prueba de detección de la tuberculosis. El departamento de salud les proporcionará medicamentos contra la tuberculosis en forma gratuita si los necesitan.

Proteja a sus amigos y familiares

Usted puede contagiar la tuberculosis hasta que haya tomado los medicamentos por el tiempo suficiente necesario para controlar sus gérmenes de tuberculosis. El tiempo que esto toma es distinto para cada persona. El análisis de esputo le indica al médico si usted todavía puede contagiar la tuberculosis.

La enfermera de tuberculosis recolectará dos (2) muestras de esputo cada dos (2) semanas para determinar qué tan efectivos son los medicamentos. El tiempo que toma para que sus muestras de esputo cambien de positivas a negativas le ayudará al médico a decidir la duración de su tratamiento.

Aislamiento domiciliario

Puede que su médico ordene que usted permanezca en «aislamiento domiciliario». Esto sucede si usted no está tan enfermo como para necesitar ser atendido en un hospital, pero aún puede contagiar tuberculosis a otras personas. El aislamiento domiciliario

ayuda a evitar la propagación de la tuberculosis porque usted permanece en su domicilio y no está en contacto con otras personas.

¿Durante cuánto tiempo deberé permanecer en aislamiento domiciliario?

El aislamiento domiciliario es distinto en cada persona. El aislamiento domiciliario puede durar días, semanas o meses. Si toma todas las dosis de sus medicamentos contra la tuberculosis, esto eliminará a los gérmenes de la tuberculosis y puede ayudarle a acortar el aislamiento domiciliario. ¡Por ello es muy importante que tome sus medicamentos! Su médico o su enfermera de tuberculosis le indicarán cuándo podrá retornar a su rutina normal en forma segura.

¿Y si necesito ir a alguna parte?

Usted deberá permanecer en su domicilio, salvo que necesite atención médica. Deberá posponer todas sus citas que no sean de emergencia (como visitas al dentista, la peinadora, etc.) hasta que no exista el riesgo de contagiar a otros la tuberculosis.

Si tiene que ir al médico, colóquese una máscara e infórmele al personal del consultorio médico que tiene tuberculosis. Si debe recogerle una ambulancia, dígales a los paramédicos que usted tiene tuberculosis.

¿Qué debo hacer mientras estoy en aislamiento domiciliario?

- No debe recibir visitantes. Manténgase alejado de las personas que no viven con usted. Los bebés, los niños pequeños, y las personas con el sistema inmunitario debilitado (pacientes de cáncer, personas con VIH, quienes han tenido un trasplante de órganos) pueden contagiarse con tuberculosis fácilmente.
- **Puede estar en el exterior sin llevar puesta una máscara.** La luz del sol destruye los gérmenes de tuberculosis.
- No puede utilizar taxis, autobuses, trenes o aviones.
- No puede ir a la escuela, el trabajo, la iglesia, las tiendas o cualquier otro lugar público.
- Cúbrase la boca con un pañuelo desechable al toser, estornudar o reír. Arroje el pañuelo desechable al bote de basura.
- Duerma sólo en una habitación separada.
- Ventile las habitaciones en que permanece abriendo la ventana (si el clima lo permite). También puede colocar un ventilador en la ventana abierta dirigido hacia afuera a fin de llevar el aire al exterior.
- **Siempre lleve puesta una máscara si debe estar cerca de otras personas.**

El permanecer saludable puede ayudar a su organismo a combatir las enfermedades, incluyendo la tuberculosis. A continuación figura una lista de cosas que usted puede hacer para mantener su cuerpo funcionando de la mejor manera posible.

- Consuma alimentos saludables.
- Descanse lo suficiente.
- Haga ejercicio todos los días.
- NO CONSUMA BEBIDAS ALCOHÓLICAS (cerveza, vino o licor).
- No consuma drogas ilegales (drogas de la calle).
- Lávese las manos con frecuencia.
- Deje de fumar.
- Baje de peso si es necesario.
- Proteja su piel del sol.
- Practique las relaciones sexuales en una forma más segura.
- Manténgase al día en sus vacunaciones.
- Tome sus medicamentos tal como se le indique.
- Acuda al médico para hacerse chequeos (entre los que se incluyen el examen de la presión sanguínea, colesterol, orina, nivel de azúcar en la sangre, detección de enfermedades de transmisión sexual y VIH, pruebas de Papanicolaou, exámenes de los senos, exámenes de la próstata y otros exámenes de detección).

Registro de Medicamentos

Nombre _____ MR# _____

Diariamente por 2 semanas

- Isoniacida _____mg
- Rifampicina _____mg
- Pirazinamida _____mg
- Etambutol _____mg

Fecha en que inició: _____

Fecha en que terminó: _____

- Vitamina B₆ _____mg

seguido por:

Dos veces a la semana por 6 semanas

- Isoniacida _____mg
- Rifampicina _____mg
- Pirazinamida _____mg
- Etambutol _____mg

Fecha en que inició: _____

Fecha en que terminó: _____

- Vitamina B₆ _____mg

seguido por:

Dos veces a la semana por 18 semanas

- Isoniacida _____mg
- Rifampicina _____mg

Fecha en que inició: _____

Fecha en que terminó: _____

- Vitamina B₆ _____mg

Lleve este registro con usted a todas sus citas médicas.

Números telefónicos importantes

Enfermera de tuberculosis _____

Médico _____