

INFORMACIÓN SOBRE LA TUBERCULOSIS

¿QUÉ ES LA TUBERCULOSIS?

La tuberculosis es una enfermedad causada por un microorganismo llamado *Mycobacterium Tuberculosis*. Algunas personas desarrollan la enfermedad poco después de ser infectadas, mientras que otras pueden enfermar años después de haberse infectado, si sus defensas se debilitan por alguna razón. Por lo general, los bebés y los niños pequeños tienen un sistema de defensas más débil. También otras personas pueden tener el sistema de defensas más débil por cualquiera de las siguientes condiciones:

- *Infectados por el virus del SIDA o por drogadicción.*
- *Padecer diabetes mellitus o silicosis.*
- *Cáncer en la cabeza o cuello, leucemia o enfermedad de Hodgkin.*
- *Bajo peso o enfermedad severa de los riñones.*
- *Algunos tratamientos médicos (corticoides o inmunosupresores por trasplante de órganos).*

Aunque el *Mycobacterium Tuberculosis* pueden atacar cualquier parte del cuerpo, el 80% de las veces el órgano que enferma es el pulmón; por eso, la enfermedad tuberculosa siempre ha estado ligada a la tuberculosis pulmonar, aunque es necesario resaltar que cualquier parte del cuerpo humano puede verse afectada. A pesar de seguir siendo una enfermedad más frecuente en los países pobres, en la actualidad afecta a todas las partes del mundo, incluidas las más ricas. Durante algún tiempo fue una de las principales causas de muerte. Hoy en día, las personas que padecen la enfermedad tuberculosa pueden recibir tratamiento y ser curadas siempre, mientras que si no se

tratan pueden morir. Actualmente en España se producen cada año cerca de 12.000 casos nuevos de tuberculosis.

¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS DE LA TUBERCULOSIS?

Un escaso numero de personas (5%), pueden no sentir nada. Los síntomas de la tuberculosis dependen del lugar del cuerpo en donde esté creciendo la bacteria. La tuberculosis de los pulmones puede causar:

- *Tos que dura más de dos o tres semanas, que puede acompañarse de expulsión de sangre con el esputo.*

Se debe precisar que de cada 100 personas que tosen más de 2 semanas, solo 1 ó 2 padecen tuberculosis, pero es necesario descartar esta enfermedad ante estos síntomas.

- *Debilidad o fatiga.*
- *Falta de apetito y pérdida de peso.*
- *Fiebre baja o alta con o sin escalofríos.*
- *Sudoración nocturna.*

¿CÓMO SE DIAGNOSTICA LA TUBERCULOSIS?

Diagnosticar la tuberculosis lo antes posible es muy importante para disminuir la posibilidad de contagio a los que rodean al enfermo y para disminuir las secuelas posteriores. A los pacientes con los síntomas anteriores, sobre todo si tosen y expectoran durante más de dos semanas, se les debe realizar una radiografía de tórax y un estudio del esputo (en número de tres, recogidos por la mañana y en días consecutivos). El esputo se estudia de dos formas. La primera es teñirlo y verlo al microscopio; en el 60-70% de los casos de tuberculosis con esta técnica se pueden apreciar los bacilos. La segunda es mediante el cultivo, técnica que permite diagnosticar casos que no hace la anterior, pero que tiene el inconveniente de que el resultado tarda

entre 4 y 8 semanas. Con la radiografía y el esputo se pueden diagnosticar el 90% de los casos, mientras que para el 10% restante son necesarias pruebas más sofisticadas, sólo disponibles en los hospitales. Por fortuna, los enfermos que tienen más riesgo de contagiarse pueden diagnosticarse mediante el estudio de esputo y la radiografía de tórax.

¿CÓMO PUEDE TRATARSE LA TUBERCULOSIS?

La enfermedad de la tuberculosis puede causar daños permanentes en el cuerpo y hasta la muerte. Pero hoy hay buenas noticias para las personas con esta enfermedad, ya que se pueden curar prácticamente a todos los enfermos con un tratamiento barato y bien tolerado, aunque los medicamentos deben ser tomados como se lo indique su médico, que por lo general será durante un periodo de 6 meses. Tendrá que tomar varios medicamentos diferentes que, afortunadamente, se pueden dar asociados en las mismas pastillas, lo que facilita la toma de la medicación. Esto se debe a que hay muchas bacterias en diferentes condiciones y en diferentes fases de multiplicación a las que hay que matar. Al tomar estos medicamentos, mejorará la posibilidad de matar todas las bacterias y evitar que se puedan hacer resistentes a los medicamentos.

Si tiene tuberculosis en los pulmones o la garganta, es posible que sea contagioso. Deberá quedarse en casa y no ir a trabajar para no infectar a otras personas.

Su médico le dirá cuándo ha dejado de ser contagioso, cosa que suele ocurrir después de 3 semanas de tratamiento. También le dirá cuándo puede regresar al trabajo o a la escuela. Tener la tuberculosis no significa que usted tenga que dejar de tener una vida normal cuando ya no sea contagioso y se sienta mejor.

Sólo el 1-2% de los enfermos que curan tienen la probabilidad de recaer de su enfermedad posteriormente, aunque dichas recaídas se pueden curar igualmente en la práctica totalidad de los casos con un tratamiento adecuado.

¿TIENEN EFECTOS SECUNDARIOS LOS MEDICAMENTOS PARA EL TRATAMIENTO DE LA TUBERCULOSIS?

Los medicamentos para el tratamiento de la tuberculosis son relativamente seguros, y tan sólo en el 1-3% de los casos pueden causar efectos secundarios que obliguen a su cambio por otro. La mayoría de los efectos son problemas menores. Si experimenta alguna de las siguientes molestias **llame a su médico**, puede estar ocurriendo un **efecto secundario grave**:

- *Dolor abdominal, náuseas o vómitos.*
- *Falta de apetito.*
- *Ojos o piel amarillos.*
- *Fiebre de 3 días o más.*
- *Cosquilleo en los dedos de los pies, manos y boca y adormecimiento alrededor de la boca.*
- *Dolor en las articulaciones.*
- *Mareos, visión borrosa o alterada.*
- *Zumbidos de oídos o pérdida de audición.*
- *Moratones por pequeños golpes o sangrado fácil.*

Si experimenta alguno de los efectos secundarios menores, puede seguir tomando sus medicamentos. Los efectos **secundarios menores** debidos a la rifampicina son:

- *Tiñe de color anaranjado la orina y lágrimas; es recomendable no usar lentes de contacto blandas porque pueden mancharse.*
- *Puede hacer la piel más sensible al sol. Debe usar buenos protectores de rayos solares para no quemarse.*

- *Puede disminuir la efectividad de las pastillas anticonceptivas.* Las personas que toman rifampicina deben usar otras formas de prevención del embarazo.
- *Si está tomando rifampicina al mismo tiempo que metadona, es posible que presente síntomas de privación.* Su médico quizá considere la posibilidad de ajustar la dosis de metadona.

¿POR QUÉ DEBO TOMAR LOS MEDICAMENTOS CONTRA LA TUBERCULOSIS CON REGULARIDAD?

Las bacterias de la tuberculosis mueren muy lentamente, y los medicamentos tardan por lo menos 6 meses en matar todas las bacterias.

Después de varias semanas de tratamiento puede sentirse mejor, pero tenga cuidado. Muchas bacterias de la tuberculosis siguen vivas en su cuerpo, aunque ya no tenga los síntomas de la enfermedad; dejar de tomar los medicamentos al sentirse mejor o no tomarlos de forma regular puede resultar muy peligroso; las bacterias volverán a crecer y permanecerá enfermo por más tiempo. También es posible que las bacterias se hagan resistentes a los medicamentos que estaba tomando, lo que supone una mayor dificultad para tratarla después, un mayor riesgo de morir y mayor número de secuelas posteriores. Es posible que necesite nuevos medicamentos que tendrá que tomar durante más tiempo y que por lo general tienen efectos secundarios más severos, por lo que tendrá que ser tratado y controlado por médicos especialistas con experiencia en la aplicación de este tipo de tratamientos.

Si olvida tomarse la medicación un día, sátese ese día e informe a su médico de que se olvidó de tomar la medicación.

¿CÓMO PUEDO RECORDAR TOMAR MI MEDICACIÓN?

- *Participe en los programas de Tratamiento Directamente Observado (DOT).*
- *Tome sus pastillas a la misma hora todos los días (antes del desayuno).*
- *Pídale a un familiar que le recuerde tomar su medicación.*
- *Anote en un calendario los días conforme se vaya tomando la medicación.*
- *Coloque sus pastillas en un recipiente organizador con los siete días de la semana.*

Cuidado: recuerde mantener todos los medicamentos fuera del alcance de los niños.

¿CÓMO PUEDO EVITAR CONTAGIAR A OTROS LA TUBERCULOSIS?

- Lo más importante para que un enfermo con tuberculosis deje de contagiar es que se tome su tratamiento exactamente como le indique su médico y que asista a todas sus citas en el hospital.
- Si está tan enfermo que necesita ser ingresado, es posible que le coloquen en una habitación de aislamiento para evitar que pueda contagiar a otras personas.
- Si usted es contagioso y está en su hogar, su médico le pedirá que siga las siguientes indicaciones:
 - o Lo más importante es que tome su medicación todos los días.
 - o Cuando tosa, estornude o se ría, tápese la boca con un pañuelo, coloque el pañuelo en una bolsa de plástico y tírelo.
 - o No vaya a la escuela o al trabajo.
 - o Ventile su habitación con frecuencia.

¿QUÉ ES LA TUBERCULOSIS RESISTENTE A FÁRMACOS?

Esta situación se produce cuando los fármacos ya no pueden matar a las bacterias; puede ser que la resistencia sea a un solo fármaco o a varios. Este último caso es un **problema muy serio**. Las personas con bacterias multiresistentes tienen que ser tratadas con fármacos especiales. Estos medicamentos no suelen ser tan eficaces y es posible que los efectos secundarios sean mayores, por lo que tendrán que ser controlados por expertos.

La tuberculosis resistente es más común en personas que:

- *Han estado en contacto con personas con tuberculosis resistente a medicamentos.*
- *No toman su tratamiento de forma regular.*
- *No toman todo el tratamiento que se les ordenó.*
- *Desarrollan de nuevo la enfermedad tuberculosa, después de haber tomado ya un tratamiento contra la tuberculosis en el pasado.*
- *Viene de zonas en las que es común la tuberculosis resistente a medicamentos.*

Piense en las personas que han estado cerca de usted, tales como familia, amigos cercanos y compañeros de trabajo. Es posible que se les cite para realizarles pruebas para determinar si se contagiaron.