

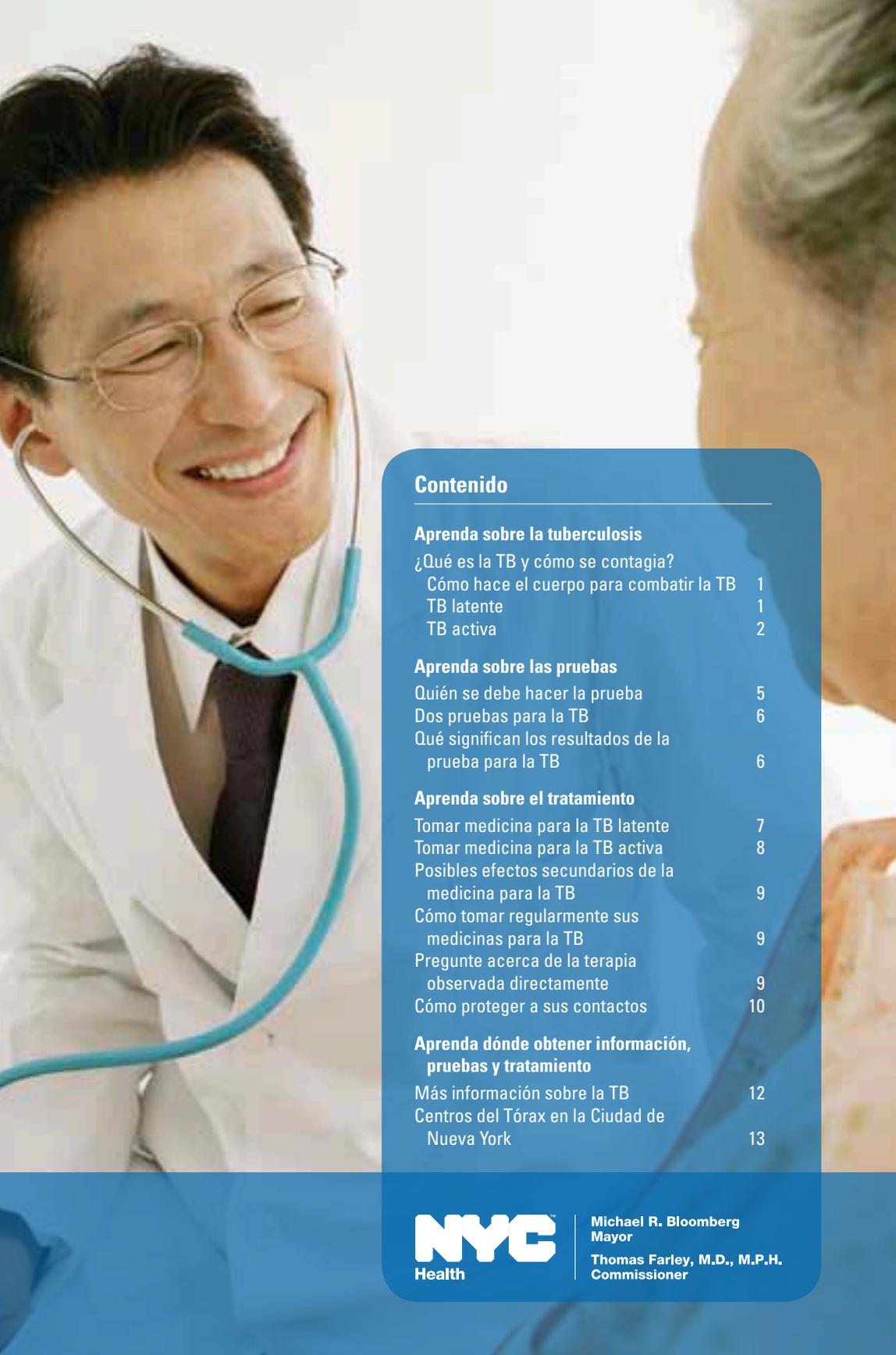


APRENDA SOBRE LA TUBERCULOSIS

Lo que todo el mundo tiene que saber



Estamos todos conectados por el aire que respiramos



Contenido

Aprenda sobre la tuberculosis

¿Qué es la TB y cómo se contagia?

Cómo hace el cuerpo para combatir la TB	1
TB latente	1
TB activa	2

Aprenda sobre las pruebas

Quién se debe hacer la prueba	5
Dos pruebas para la TB	6
Qué significan los resultados de la prueba para la TB	6

Aprenda sobre el tratamiento

Tomar medicina para la TB latente	7
Tomar medicina para la TB activa	8
Posibles efectos secundarios de la medicina para la TB	9
Cómo tomar regularmente sus medicinas para la TB	9
Pregunte acerca de la terapia observada directamente	9
Cómo proteger a sus contactos	10

Aprenda dónde obtener información, pruebas y tratamiento

Más información sobre la TB	12
Centros del Tórax en la Ciudad de Nueva York	13

Aprenda sobre la tuberculosis

¿Qué es la tuberculosis y cómo se contagia?

La tuberculosis (TB) es una enfermedad grave causada por bacterias. Se contagia de persona a persona por medio del aire y usualmente afecta los pulmones. Cuando una persona que está enferma de TB tose, estornuda o habla, lanza al aire gérmenes de TB. Otras personas pueden respirar los gérmenes de TB y algunos se pueden enfermar.

Es poco probable que alguien se contagie la tuberculosis por un contacto breve con personas enfermas de TB (como por ejemplo en trenes o buses). La TB no se contagia por estrechar las manos, compartir comida o tener relaciones sexuales.

Las personas usualmente se contagian con los gérmenes de TB en sus cuerpos sólo cuando pasan mucho tiempo cerca de alguien que está enfermo de TB — por ejemplo, si viven o trabajan todos los días con alguien que tiene TB.

La mayoría de personas no saben que tienen TB hasta que se enferman. Por eso es una buena idea que las personas que tienen alto riesgo de tener TB (*ver la página 5*) se hagan una prueba. Con el tratamiento y la atención apropiados, la **TB se puede prevenir y curar.**

Cómo hace el cuerpo para combatir la TB

Las personas usualmente se contagian con los gérmenes de TB en sus cuerpos sólo cuando pasan mucho tiempo cerca de alguien que está enfermo de TB. Aún entonces, el cuerpo usualmente puede luchar contra los gérmenes.

TB latente

La mayoría de personas que respiran gérmenes de TB *no* se enferman. Cuando las defensas del cuerpo de una persona son fuertes, construyen una barrera alrededor de los gérmenes para que no se puedan multiplicar y perjudicar al cuerpo. Estas barreras se llaman *tubérculos* — por eso la TB tiene ese nombre.



La TB en el mundo

A nivel mundial, la TB afecta a cerca de 9 millones de personas cada año, matando aproximadamente a 2 millones. En la Ciudad de Nueva York, 2 de cada 3 casos ocurren entre personas nacidas en países donde mucha gente tiene TB, tales como China, República Dominicana, Ecuador, Guyana, Haití, Honduras, India, México, Pakistán, Perú, Filipinas, Corea del sur y todos los países del continente africano.

Una vez que los gérmenes quedan atrapados dentro de los tubérculos, disminuyen y detienen su actividad como si se quedaran dormidos. Eso se llama **TB latente (inactiva)**.

Mientras las defensas del cuerpo permanecen fuertes, las personas con TB latente no se sienten enfermas, y no pueden contagiar sus gérmenes de TB a otros. Pero si las defensas del cuerpo se debilitan, las personas con TB latente se pueden enfermar. Los gérmenes de TB se despiertan y empiezan a propagarse. Por eso es que muchas personas con TB latente toman medicinas para destruir los gérmenes de la TB.

Si usted tiene TB latente, su proveedor de atención médica le dirá si necesita tomar medicina. *Ver la página 7* para más información acerca de cómo tomar medicina para la TB.

TB activa

Cuando una persona no puede combatir los gérmenes de la TB, se enferma. Los gérmenes de la TB se multiplican y hacen mucho daño al cuerpo. Esta enfermedad se llama **TB activa**. Las personas con TB activa usualmente tienen síntomas:

- Tos durante más de 3 semanas
- Pérdida de peso
- Sudor intenso en la noche
- Fiebre
- Sensación de cansancio todo el tiempo
- Escalofríos
- Pérdida del apetito

Las personas con TB activa deben tomar medicina para destruir los gérmenes y evitar daño a los pulmones y a otras partes del cuerpo, incluyendo el cerebro, la columna vertebral y los riñones. Hasta que toman medicina, las personas con TB activa en sus pulmones son contagiosas. Pueden contagiar la enfermedad a otros cuando hablan, tosen o estornudan.



¿Qué tengo que hacer si he pasado mucho tiempo cerca de alguien que tiene TB activa?

Pida una prueba para la TB a su médico o a otro proveedor de atención médica.

Algunas veces las personas no saben que han estado expuestas a la TB activa hasta que el Departamento de Salud les informa. Si esto le sucede, no se preocupe. El Departamento de Salud le explicará cómo hacerse la prueba. Usted puede visitar a su propio proveedor, o acudir gratis a un Centro del Tórax.

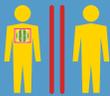


¿Cuál es la diferencia entre la TB latente y la TB activa?

TB latente



Los gérmenes de TB en el cuerpo están bloqueados dentro de una barrera (inactivos).



La persona no puede contagiar los gérmenes de la TB a otros.



La persona no se siente enferma.



Usualmente los resultados de la prueba para la TB son positivos.



Usualmente la radiografía del tórax es normal.



Algunas veces se tiene que tratar con medicina para prevenir la TB activa.



Usualmente se trata con 1 medicina por un periodo de 4 a 9 meses.

TB activa



Los gérmenes de la TB en el cuerpo están activos y se esparcen.



La persona puede contagiar los gérmenes de la TB a otros.



La persona usualmente se siente enferma.



Los resultados de la prueba para la TB usualmente son positivos.



La radiografía del tórax usualmente muestra daño en los pulmones.



Siempre se tiene que tratar con medicina para curar la enfermedad y evitar contagiar a otros.



Usualmente se trata con 3 o 4 medicinas, durante 4 a 9 meses.



Para mejorarse y proteger a otros contra el contagio de los gérmenes de la TB, las personas con TB activa deben tomar medicinas. Si no lo hacen, no se mejorarán y pueden morir.

La medicina para la TB se tiene que tomar durante varios meses para que haga su efecto. Las personas con TB activa se sienten mejor cuando empiezan a tomar la medicina — usualmente los síntomas desaparecen pronto. Pero los gérmenes de la TB pueden regresar si una persona no toma sus medicinas durante suficiente tiempo. Si eso sucede, los gérmenes de la TB se pueden poner más fuerte y son más difíciles de matar.

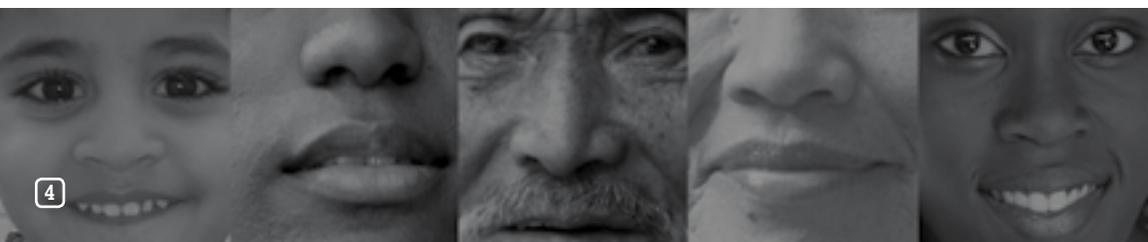
Si usted tiene TB activa, su proveedor de atención médica le dirá qué medicinas necesita tomar y cuánto tiempo tiene que tomarlas. Usted tiene que tomar la medicina para la TB hasta que esté curado — usualmente de 4 a 9 meses. Solamente su proveedor de atención médica le puede decir cuándo es seguro dejar de tomar la medicina. *Ver la página 8 para más información acerca de cómo tomar la medicina para la TB.*

“

Me llamó una enfermera del Departamento de Salud. Me dijo que alguien que se sienta cerca de mí en el trabajo tiene TB activa. Me asusté mucho, pero ella me dijo, “No se preocupe - aún si usted tiene gérmenes de TB en su cuerpo, usted puede tomar medicina y no enfermarse... hágase la prueba y haremos lo que haga falta”.

No tengo seguro de salud, pero ella dijo que me podía hacer la prueba gratis en un Centro del Tórax. Resulta que también pude hacerme la prueba para el VIH. Ambas pruebas resultaron negativas. ¡Y gratis! Estoy contenta de haber ido y de saber que estoy bien.

”



Aprenda sobre las pruebas

Quién se debe hacer la prueba

Algunas personas tienen mayor riesgo de tener la TB. Esas personas se deben hacer la prueba.

Personas que han pasado mucho tiempo cerca de personas con TB activa

- Miembros de la familia, amigos y compañeros de trabajo de personas con TB activa
- Personas que han inmigrado recientemente a los Estados Unidos de países donde mucha gente tiene TB (*ver la página 1*)
- Personas que recientemente han pasado más de 1 mes en un país en donde mucha gente tiene TB
- Personas que han trabajado o permanecido en hospitales, prisiones, refugios para indigentes o en hogares de ancianos

Personas con ciertos problemas médicos

- Personas con las defensas del cuerpo debilitadas, especialmente personas infectadas con el VIH, o niños muy jóvenes
- Personas con diabetes, insuficiencia renal crónica (fallo del riñón), algunos tipos de cáncer u otros problemas médicos
- Personas que se inyectan drogas
- Personas que han recibido un trasplante de órgano
- Personas que toman ciertas medicinas que suprimen las defensas del cuerpo, tales como quimioterapia para el cáncer, esteroides, o bloqueadores de TNF-alfa
- Personas con radiografía del tórax que presenta evidencia de TB antigua



¿Me debo hacer la prueba aún si he recibido la vacuna BCG?

Las personas que tienen mayor riesgo de tener TB (*ver arriba*) se deben hacer la prueba aún si recibieron la vacuna BCG cuando eran niños, porque usualmente no protege a los adultos.

¿El resultado de mi prueba cutánea para la TB siempre será positivo si he recibido la vacuna BCG?

No. La prueba cutánea para la TB usualmente es negativa después de un año en la mayoría de personas que reciben la vacuna BCG. Si usted resulta positivo en una prueba para la TB, probablemente tiene gérmenes de TB en su cuerpo, ya sea que esté vacunado o no.



Dos pruebas para la TB

Hay 2 pruebas para la TB — una prueba cutánea (en la piel) y una nueva prueba de sangre. Su proveedor de atención médica hablará con usted acerca de las pruebas y escogerá la más apropiada para usted.

La prueba cutánea (en la piel)

Cuando usted se hace una prueba cutánea para la TB, su médico u otro proveedor de atención médica usará una pequeña aguja para colocar unas pocas gotas de solución bajo su piel. Le pedirán que regrese después de 2 a 3 días. Su proveedor de atención médica examinará el sitio de la prueba y le dará los resultados.

La prueba de sangre

Cuando usted se hace una prueba de sangre para la TB, su proveedor de atención médica recolectará una pequeña muestra de su sangre. La muestra de sangre será enviada a un laboratorio y sometida a la prueba para la TB. Su proveedor le dará los resultados de la prueba en 2 a 3 días.

¿Qué significan los resultados de la prueba para la TB?

Resultados negativos

Un resultado negativo de la prueba usualmente significa que **usted no tiene gérmenes de TB en su cuerpo**. Algunas veces, la prueba no da resultados válidos si los gérmenes de TB son nuevos en su cuerpo, o si sus defensas del cuerpo están debilitadas (por ejemplo, si usted tiene VIH). En este caso, usted puede necesitar una radiografía del tórax. Su proveedor de atención médica usará los resultados como parte de un examen médico completo para determinar si usted tiene gérmenes de TB en su cuerpo.

Resultados positivos

Un resultado positivo usualmente significa que **usted tiene gérmenes de TB en su cuerpo**. Pero no siempre significa que usted tiene TB activa (ver la página 2). Su proveedor de atención médica usará otras pruebas, tales como una radiografía del tórax o un cultivo de esputo (una prueba sobre moco de sus pulmones tomado cuando usted tose) para buscar señales de TB activa.



Cuide su prueba cutánea para la TB

Cuando usted se hace una prueba cutánea para la TB, el área de la prueba se puede hinchar y usted puede sentir malestar. La hinchazón usualmente desaparece en cerca de 2 semanas. Si un sarpullido aparece en el área de la prueba cutánea, coloque una compresa fría sobre esa área. Nunca se rasque el área de la prueba ni la cubra con una curita.

¡Recuerde! Regrese de nuevo a su proveedor en 2 a 3 días. Ellos examinarán la prueba cutánea y le darán los resultados.

Una prueba positiva es suficiente

Si usted resulta positivo para la TB, no es necesario que se haga más pruebas — ¡una prueba positiva es suficiente! Su proveedor de atención médica le dirá si necesita pruebas adicionales durante su tratamiento.

Aprenda sobre el tratamiento

Tomar medicina para la TB latente

No todas las personas que tienen TB latente necesitan tomar medicina. Las personas con TB latente que tienen más probabilidades de enfermarse usualmente toman medicina para destruir los gérmenes de la TB y para prevenir la TB activa. Esas personas incluyen:

Personas que han tenido TB latente sólo por corto tiempo

- Personas cuya prueba para la TB cambió de negativa a positiva recientemente (dentro de los últimos 2 años)
- Personas que recientemente han pasado mucho tiempo cerca de alguien que tiene TB activa
- Personas que recientemente han inmigrado a los Estados Unidos de países donde mucha gente tiene TB (*ver la página 1*)

Personas con TB latente que tienen ciertos problemas médicos

- Personas con las defensas del cuerpo debilitadas, especialmente personas infectadas con el VIH, o niños muy jóvenes
- Personas con diabetes, insuficiencia renal crónica (fallo del riñón), algunos tipos de cáncer u otros problemas médicos
- Personas que se inyectan drogas
- Personas que han recibido un trasplante de órgano
- Personas que toman medicinas que suprimen las defensas del cuerpo, tales como la quimioterapia para cáncer, esteroides, o bloqueadores de TNF-alfa
- Personas cuya radiografía del tórax presenta evidencia de TB antigua

Su médico le recomendará un tratamiento que sea apropiado para usted, con base en sus necesidades individuales de salud y un examen médico completo. La TB latente usualmente se trata con 1 medicina durante 4 a 9 meses.

Tener VIH hace que sea más fácil contagiarse la TB

¿Sabe usted si está infectado con el VIH? ¡Todos deberíamos saberlo! Debido a que el VIH debilita las defensas del cuerpo, es más fácil que una persona se contagie la TB. Hágase la prueba del VIH. Es importante para su salud.

En muchas partes del mundo, la TB es la primera causa de muerte en personas con VIH. Si una persona con VIH se contagia la TB, las 2 enfermedades pueden combinarse para enfermarla mucho y muy rápidamente. Las medicinas actuales pueden prevenir y curar la TB, y esto es una buena noticia especialmente para las personas con VIH.

Si usted tiene VIH y TB, la atención y el tratamiento apropiados pueden proteger su salud.

Consejos para ayudarle a acordarse de tomar su medicina



Tome su medicina a la misma hora todos los días.



Guarde su medicina en el mismo lugar para que pueda encontrarla siempre.



Use un calendario — marque cada día después de tomar su medicina.



Escriba una nota de recordatorio — colóquela en el espejo del baño o en su refrigerador.



Use un reloj con alarma. Ponga la alarma para la hora de tomar su medicina.



Pida a un familiar o amigo que le recuerde que tiene que tomar su medicina.



Use una caja de píldoras para 7 días — llénela cada semana.



Inscríbese en el programa DOT (terapia observada directamente).

Tomar medicina para TB activa

Las personas con TB activa deben tomar medicina para mejorarse y para evitar que otros se contagien con sus gérmenes de TB. Aún cuando es difícil para una persona curarse de la TB, se puede curar con atención y medicina apropiadas. La TB activa usualmente se trata con 3 o 4 medicinas durante 4 a 9 meses.

Cuando empiece a tomar su medicina, todavía podrá contagiar los gérmenes de TB a otras personas. Después de algunas semanas, ya no podrá contagiar los gérmenes de TB. Su médico le dirá cómo proteger a los amigos y familia (*ver la página 10*). Cuando usted ya no sea contagioso, usualmente podrá vivir en la casa, ir a trabajar, o asistir a la escuela durante su tratamiento.

Acordarse de tomar su medicina para la TB todos los días puede ser difícil. Podemos ayudarle por medio de un programa especial llamado **terapia observada directamente (directly observed therapy-DOT,** por sus siglas en inglés). En el programa DOT (*ver la página 9*), un proveedor de atención médica se asegura de que usted tome su medicina para la TB todos los días. Es una manera probada de ayudarle a tomar su medicina para la TB regularmente, ¡y es gratis!

Posibles efectos secundarios de la medicina para la TB

Las medicinas actuales para la TB son seguras y efectivas — la mayoría de personas las toman sin problemas. Sin embargo, algunas personas pueden tener efectos secundarios. Como todas las medicinas, las medicinas para la TB algunas veces afectan a las personas de diferentes maneras.

Si usted necesita tomar medicina para la TB, su médico le hablará acerca de posibles efectos secundarios. Asegúrese de informar a su médico si usted toma otras medicinas. Recuerde, si tiene algún problema mientras toma su medicina para la TB, póngase inmediatamente en contacto con su proveedor de atención médica.

Cómo tomar regularmente sus medicinas para la TB

Es muy importante tomar toda sus medicinas para la TB según se indica en la receta, hasta que su médico le diga que deje de tomarla. **¡Aún cuando empiece a sentirse mejor, no deje de tomar la medicina!** Si no la toma durante un par de días o si deja de tomar la medicina demasiado pronto, los gérmenes de la TB se pueden poner mas fuertes. Y eso puede significar que tendrá que tomar más medicina por un periodo más prolongado de tiempo.

Pregunte acerca de la terapia observada directamente

La vida puede ser complicada — ¡especialmente en la Ciudad de Nueva York! Algunas veces puede ser difícil recordar que hay que tomar cada dosis de medicina para la TB.



¿Qué sucede si omito una dosis o si dejo de tomar mi medicina demasiado pronto?

Su cuerpo necesita mucho tiempo para deshacerse de la TB. Para curarse, usted tiene que tomar toda su medicina según se indica en la receta durante 4 a 9 meses.

Si usted omite algunas dosis o deja de tomar su medicina demasiado pronto, sus gérmenes de TB se pueden volver más resistentes a la medicina que usted está tomando. Estos gérmenes de TB resistentes también se pueden contagiar a otras personas.

La TB resistente a las medicinas es difícil de tratar – curarla puede requerir mucho más tiempo (hasta 24 meses). El tratamiento también requiere que usted tome medicinas que tienen más efectos secundarios.

Evite la TB resistente a las medicinas tomando toda su medicina según se indica en la receta hasta terminar su tratamiento contra la TB. Su médico le indicará cuando esté curado y sea seguro dejar de tomar la medicina.



Con la terapia observada directamente, también llamada DOT, es más fácil tomar la medicina regularmente. **Idealmente, todos los pacientes con TB activa deberían participar en el programa DOT.**

Después de inscribirse en el programa, se reunirá con un trabajador de atención a la salud para recibir su medicina. El trabajador de atención a la salud, junto con su médico, se asegurarán de que usted está tomando la medicina correcta, y de que se siente mejor. Lo mejor de todo es que el trabajador de atención a la salud se reunirá con usted en donde sea conveniente y confidencial para usted:

- En cualquiera de los Centros del Tórax en la Ciudad de Nueva York
- En su casa
- En su trabajo
- En algunas clínicas de hospitales

El programa DOT es una manera demostrada de ayudarlo a que se mejore. Usted puede empezar el programa en cualquier momento.

Pregunte a su médico o proveedor de atención a la salud acerca del programa DOT.

Cómo proteger a sus contactos

Si usted tiene TB activa, un trabajador de atención a la salud especialmente entrenado le pedirá que nombre a las personas con quienes usted pasa mucho tiempo. Esta es una parte normal del tratamiento para la TB, y es la mejor manera de asegurarse de que otros no se enfermen con sus gérmenes de TB. Esas personas incluyen a su familia, amigos y compañeros de trabajo, y se conocen como **contactos**.

Algunos beneficios de la terapia observada directamente

- Hace que sea más fácil tomar su medicina
- La mayoría de personas inscritas en el programa DOT toman medicina sólo 2 o 3 veces a la semana (en lugar de todos los días)
- Le ayuda a mejorarse tan rápido como sea posible
- Es conveniente, confidencial y gratuita
- También incluye los siguientes servicios gratuitos:
 - Medicinas gratuitas para la TB
 - Ayuda con transporte de ida y vuelta a los Centros del Tórax en la Ciudad de Nueva York
 - Tarjetas MetroCard y cupones para alimentos gratis
 - Servicios sociales gratuitos



Mientras no toma la medicina para la TB, usted puede contagiar los gérmenes de la TB a sus contactos. Su trabajador de atención a la salud hablará con algunos de sus contactos, especialmente con aquellas personas con quienes usted pasó mucho tiempo antes de empezar a tomar su medicina. Ellos se pueden hacer la prueba para la TB y así evitar que se enfermen.

Es importante saber que su privacidad será protegida. Aún si alguno de sus contactos sabe que usted tiene TB, el trabajador de atención a la salud no usará su nombre cuando hable con ellos. En algunos casos, el trabajador de atención a la salud puede necesitar hablar con su supervisor en el trabajo. El trabajador de atención a la salud le dirá a su supervisor su nombre para que los compañeros de trabajo apropiados se puedan hacer la prueba. Pero le pedirá a su supervisor que no diga a otras personas que usted tiene TB.

Es importante hablar con su trabajador de atención a la salud acerca de los contactos. Ayuda a evitar que la gente que usted quiere — su familia y amigos — se contagien con la TB.

“

Yo no sabía que tenía TB activa hasta que empecé a sentirme enferma, pero entonces ya se la había contagiado a mi hijo de 4 años. Me sentí muy culpable. Pero mi médico dijo que cualquiera puede tener TB — no fue mi culpa. Eso me hizo sentir mucho mejor.

El Departamento de Salud me ayudó mucho. Vinieron a mi casa e hicieron pruebas para la TB a toda mi familia. Ahora estoy tomando medicina, mi hijo está tomando medicina y ya no soy contagiosa.

”

Aprenda dónde obtener información, pruebas y tratamiento

Más información acerca de la TB

Para más información del Departamento de Salud, visite www.nyc.gov/health/TB, o llame al 311 y pregunte acerca de la TB.

Recursos adicionales sobre TB:

- **Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (Centers for Disease Control and Prevention-CDC)**
www.cdc.gov/nchstp/tb/faqs/qa.htm
- **Centro Nacional de TB Charles P. Felton (Charles P. Felton National TB Center)**
www.harlemtbcenter.org/tb101/tb101_index.htm
- **Sitio web con recursos de educación y entrenamiento sobre la TB**
www.findtbresources.org
- **Organización Mundial de la Salud (World Health Organization)**
www.who.int/health_topics/tuberculosis/en



Centros del Tórax en la Ciudad de Nueva York

Todos los Centros del Tórax:

- Ofrecen atención excelente y gratuita
- Ofrecen servicios de interpretación en más de 170 idiomas
- No requieren seguro de salud
- No preguntan acerca de su estatus de inmigrante

Bronx

Morrisania Chest Center
1309 Fulton Avenue, 1st Floor
Bronx, NY 10456

Brooklyn

Fort Greene Chest Center
295 Flatbush Avenue Extension,
4th Floor
Brooklyn, NY 11201

Manhattan

Washington Heights Chest Center
600 West 168th Street, 3rd Floor
New York, NY 10032

Queens

Corona Chest Center
34-33 Junction Boulevard, 2nd Floor
Jackson Heights, NY 11372

Staten Island

Richmond Chest Center
51 Stuyvesant Place, 4th Floor
Staten Island, NY 10301

**Llame al 311 para más información, incluyendo horario de atención.
Interpretación telefónica disponible en 170 idiomas.**



PROTÉJASE

PROTEJA A SU FAMILIA

