

## **ESPACIO ASCIM 14**

**Fecha de emisión: 02/04/2025**

### **LA TUBERCULOSIS**

La tuberculosis es una enfermedad bacteriana, infectocontagiosa, causada por el MYCOBACTERIUM TUBERCULOSIS que afecta principalmente a los pulmones.

La tuberculosis es un microorganismo con forma basilar también conocido como bacilo de Koch en honor a el Doctor Robert Koch quien lo descubrió en 1882. Es un agente aerobio preferencial, de multiplicación lenta, en la capacidad de permanecen en estado latente, es sensible al calor y la luz ultravioleta.

#### **Diagnostico.**

La tuberculosis se diagnostica mediante el estudio del catarro o esputo que llama baciloscopia.

#### **Modo de transmisión**

La infección se produce casi exclusivamente por vía aérea, por lo que es indispensable que los bacilos estén suspendidos en el aire para transmitirse a través de las partículas de Wells procedentes de los individuos enfermos que las expulsan al toser, hablar cantar, estornudar, etc. Los bacilos son viables en el ambiente hasta 8 horas o más sobre todo en lugares secos y con poca ventilación.

Todos los seres humanos son susceptibles a la infección tuberculosa, más aun los que presentan algún estado de inmunodepresión como el VIH, la diabetes, malnutridas y los fumadores.

El diagnostico de tbc se hace a través del examen bacteriológico de una muestra pulmonar o extra pulmonar o la clínica en radiografía de tórax compatible.

#### **Síntomas**

- Tos prolongada (a veces con sangre) por más de 15 días.
- fiebre alta.
- pérdida de peso.
- falta de apetito.
- Escalofríos.

¿Qué puedo hacer para evitar la enfermedad?

El riesgo de tuberculosis puede en algunas ocasiones disminuirse con la vacuna BCG (bacilo Calmette-Guérin). Esta vacuna ofrece una pequeña protección a niños pequeños, pero

no es recomendable en la actualidad para los adultos. Es difícil saber si una persona tiene tuberculosis, pero una vez confirmado deberían de evitar los factores de riesgo como el tabaquismo que puede agravar la enfermedad. Si tenemos algún familiar que tose, especialmente si tiene fiebre, pérdida de peso, deben acudir a un médico para poder llevar a cabo las pruebas necesarias para detectar la tuberculosis. Esto es particularmente importante sobre todo en personas que tengan alteraciones de su sistema inmune (o sea no funciona correctamente su sistema inmunológico)

**Los familiares de pacientes con tuberculosis deben ser también examinados para ver si también tienen la enfermedad.**

Los pacientes enfermos que ya están recibiendo tratamiento deben acudir regularmente al médico para detectar posibles efectos secundarios, complicaciones o saber si está evolucionando favorablemente.

Los tipos de tuberculosis son causados por la misma bacteria, pero como en algunas de ellas desarrollan resistencia a los fármacos existen diferentes pautas para el manejo de la enfermedad

Las personas con una cepa resistente a fármacos pueden transmitirla a otras personas, las cuales desarrollan desde el inicio una forma de tuberculosis resistente. Las bacterias pueden desarrollar resistencia a fármacos si algún paciente se le prescribe el tratamiento inadecuado o el paciente toma una dosis incorrecta o el paciente no realiza el tratamiento completo. Los pacientes en estas situaciones necesitan ser tratados con una combinación diferente de antibióticos y pueden ser necesarios hasta dos años de tratamiento para conseguir la curación.

Una vez que la bacteria se ha hecho resistente a ciertos fármacos, los pacientes que tienen estas cepas son muy difíciles de tratar, sin embargo, la cura es posible con la correcta selección de fármacos y cumpliendo rigurosamente el tratamiento.

La resistencia puede ser evitada si se prescribe los fármacos adecuados y nos aseguramos que toman correctamente y durante todo el tiempo que dura el tratamiento.

Las necesidades nutricionales del paciente con tuberculosis son muy variables. Estas dependen del proceso de la enfermedad, la edad del enfermo y el estado nutricional previo.

Se ha comprobado que la mayoría de pacientes con tuberculosis disminuyen el apetito, tienen el sentido del gusto alterado, padecen debilidad muscular y desnutrición. Los enfermos de tuberculosis en algunos casos presentan desnutrición, por lo que requieren un aumento en los requerimientos calóricos y de líquidos. Para que el tratamiento de la tuberculosis sea exitoso, debe estar acompañado de una dieta balanceada rica en proteínas como carne de res, pollo, pescado. También se deben consumir alimentos ricos

en carbohidratos complejos como papa, arroz y cereales, además se recomienda el consumo de frutas y verduras que aportan minerales y vitaminas al organismo.

Debe evitar consumir alimentos enlatados y con conservas, condimentos, verduras en vinagre y las salsas, el té y el café. Los alimentos ricos en carbohidratos y proteínas ayudan a compensar la desnutrición. Lo principal en la alimentación para los pacientes que tienen tuberculosis es la ingesta de calcio como leche y derivados una de las principales fuentes de mineral, se puede tomar libremente.

El consumo de cítricos debe ser de tres horas después del medicamento, ya que inactiva el tratamiento.

Eviten los ayunos prolongados debido a las alteraciones digestivas que tiene un paciente con tuberculosis, este puede presentar síntomas como náuseas, vómitos o incluso gastritis.

### **Tratamiento**

El tratamiento se puede realizar de forma ambulatoria.

Los esquemas de tratamientos básicos recomendables por la organización mundial de la salud, incluyen los siguientes medicamentos antibacteriales de primera línea: insulina, rifampicina, pirazinamida y etambutol.

Los regímenes de tratamiento se dividen en dos fases, la inicial o intensiva (bactericida) y la de continuación o mantenimiento (esterilizante)

La fase inicial o intensiva consiste en la administración diaria de antibacteriales, descansando los domingos, la duración de esta fase es de dos meses, donde el efecto bactericida del tratamiento provoca la rápida conversión bacteriológica negativización del esputo en los casos pulmonares frotis positivo una mejoría de los síntomas clínicos y seguido de una fase de continuación que son 4 meses.

### **Prevención**

1. Mantener una buena alimentación
2. Buena higiene de las manos lavar las manos antes de comer y después de salir del baño.
3. Ventilar la casa, abrir las ventanas.
4. Limpiar el patio juntar, la basura del patio.
5. Mantener limpio los utensilios de la cocina.
6. Estornudar o toser en un pañuelo o sobre el codo, nunca sobre las manos.
7. Usar toalla, vasos y cubiertos propios en lugar de compartirlos.
8. Evitar el contacto con aquellas personas que estén enfermas.

**Charla elaborado por Bricelda Eduardo, Colaboradora del Sanatorio ASCIM**

