

Departamento Estatal de Servicios de Salud de Texas
Unidad de Tuberculosis y Enfermedad de Hansen

Cómo prevenir la propagación de la tuberculosis

¿Por qué son importantes el aislamiento y las restricciones por tuberculosis?

La tuberculosis, especialmente la tuberculosis pulmonar, puede transmitirse a otras personas. Para evitarlo, es posible que lo coloquen en **aislamiento con restricciones** para limitar la propagación de la enfermedad.

El aislamiento y las restricciones por tuberculosis son medidas temporales para proteger a los demás.

Condiciones de aislamiento

1. **Aislamiento en el hogar.** Si el especialista en tuberculosis de su departamento de salud determina que es seguro, usted puede permanecer en casa. Es importante seguir todas las instrucciones proporcionadas por ese especialista.
2. **Aislamiento hospitalario.** En algunos casos, es posible que deba permanecer en un hospital donde se aplican medidas especiales para prevenir la propagación de la tuberculosis. El hospital le indicará qué medidas son necesarias.

Pautas de aislamiento

1. **Permanezca en un área designada.** Si se encuentra en aislamiento en casa, quédese en una habitación separada y bien ventilada, y evite las áreas comunes.
2. **Use una mascarilla.** Si debe estar cerca de otras personas (al acudir a citas médicas, por ejemplo), use una mascarilla quirúrgica para reducir la propagación de la tuberculosis.
3. **Limite las visitas.** Restrinja las visitas únicamente a las personas esenciales. Ellos también deben usar mascarillas N-95, o similares, y seguir las pautas de control de infecciones.
4. **Cúbrase la boca y la nariz.** Cúbrase siempre la boca y la nariz con un pañuelo desechable al toser, estornudar o reírse. Deseche los pañuelos correctamente. Lávese las manos después de hacerlo.
5. **Evite los espacios públicos.** No acuda a lugares públicos, como el trabajo, la escuela, centros comerciales, bares, restaurantes o lugares de culto, hasta que el especialista en tuberculosis de su departamento de salud le dé de alta.
6. **Siga las indicaciones médicas.** Tome todos los medicamentos como fueron recetados. Es fundamental seguir el plan de tratamiento durante todo el tiempo indicado (desde 4 o 6 meses hasta 12 meses) para curar la tuberculosis y reducir el riesgo de transmisión.
7. **Ventilación.** Abra las ventanas para asegurar una buena circulación de aire y reducir la cantidad de bacterias de la tuberculosis en el ambiente.

Es fundamental seguir las pautas. Si tiene dificultades para seguirlas, notifique de inmediato al proveedor de servicios de tuberculosis de su departamento de salud para recibir orientación médica.

Restricciones durante el aislamiento

1. **Trabajo y escuela.** No puede regresar al trabajo ni a la escuela hasta que el especialista en tuberculosis del departamento de salud se lo autorice.

2. **Viajes.** No utilice el transporte público (autobuses, aviones, etc.) hasta que el especialista en tuberculosis de su departamento de salud se lo autorice. Si debe viajar para recibir atención médica, organice un transporte privado e informe al departamento de salud con anticipación.
3. **Contacto con otras personas.** Evite el contacto cercano con cualquier persona, especialmente con niños, adultos mayores y personas con sistemas inmunitarios debilitados, ya que son más susceptibles a una infección.

Las preguntas sobre las restricciones durante el aislamiento deben dirigirse al especialista en

¿Cuánto tiempo duran el aislamiento y las restricciones por tuberculosis?

El aislamiento y las restricciones son temporales. Podrían terminar una vez que ocurra lo siguiente:

- El especialista en tuberculosis del departamento de salud revise la duración de su tratamiento y su estado general.
- Sus síntomas muestren mejoría.
- Se realicen otras pruebas, si fuera necesario, y el especialista en tuberculosis del departamento de salud haya revisado los resultados.

Cuando terminan el aislamiento y las restricciones por tuberculosis

1. Una vez que el especialista en tuberculosis de su departamento de salud confirme que puede salir del aislamiento y terminar las restricciones, se le permitirá retomar sus actividades normales, incluido el regreso al trabajo, a la escuela y a los espacios públicos. Debe esperar a recibir su autorización.
2. Es fundamental que continúe tomando los medicamentos recetados, incluso después de que termine el periodo de aislamiento y restricciones por tuberculosis, para garantizar una recuperación completa y prevenir el desarrollo de tuberculosis resistente a los medicamentos.

Apoyo durante el aislamiento y las restricciones por tuberculosis

El aislamiento puede resultar difícil, tanto física como emocionalmente. Es importante:

- Mantenerse en contacto con familiares y amigos mediante llamadas telefónicas, videollamadas o mensajes.
- Informar a su equipo de atención médica si necesita algún tipo de apoyo, incluido el acceso a servicios de salud mental.
- Si necesita ayuda para conseguir alimentos u otros artículos de primera necesidad, solicite asistencia de su red de apoyo o a su equipo de atención médica durante este periodo.

Puntos importantes que recordar:

- **El aislamiento y las restricciones por tuberculosis son temporales** y esenciales para prevenir la propagación de la enfermedad.
- **Tome los medicamentos recetados** durante todo el tratamiento.
- **Siga atentamente las normas del departamento de salud** para evitar contagiar a otras personas.

Si tiene alguna pregunta o inquietud, no dude en comunicarse con el equipo de atención de tuberculosis de su departamento de salud.

Departamento Estatal de Servicios de Salud de Texas
Unidad de Tuberculosis y Enfermedad de Hansen
Cómo prevenir la propagación de la tuberculosis

Uso de mascarillas y normas de comportamiento al toser



Use una mascarilla quirúrgica para evitar expulsar al aire la bacteria de la tuberculosis. Utilice estas mascarillas en centros de atención médica, al estar cerca de niños, personas enfermas o personas mayores o en casa al convivir con los miembros de su familia, hasta que el departamento de salud indique que ya no son necesarias. *Use una mascarilla nueva cuando se ensucie o se humedezca.*



Cúbrase la boca y la nariz al toser o estornudar; utilice la parte superior de la manga, no las manos.

Deposite todos los pañuelos desechables usados en el bote de basura y lávese las manos con agua tibia y jabón.