

# INSTRUCCIONES PARA EL AISLAMIENTO RESPIRATORIO DOMICILIARIO

## Cómo se contagia la tuberculosis

La tuberculosis (TB) se contagia de una persona a otra a través del aire. Los gérmenes de la tuberculosis se esparcen en el aire cuando usted tiene los gérmenes en sus pulmones o su garganta y tose, estornuda, ríe o canta. Las personas que están cerca de usted pueden inhalar los gérmenes de la tuberculosis e infectarse. Los gérmenes de la tuberculosis pueden vivir en el aire hasta por 6 horas, aun cuando usted ya haya salido de la habitación. La tuberculosis no se contagia a través de las prendas de vestir, la ropa de cama, los muebles, los inodoros o los apretones de manos. Usted no puede contagiar la tuberculosis a través de utensilios de comida, platos o tazas.

## Acerca del aislamiento domiciliario

Su médico le ha ordenado permanecer en «aislamiento domiciliario». Esto significa que usted no está tan enfermo como para necesitar ser atendido en un hospital, pero aún está en fase de contagio (puede contagiar la 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 mientras está en fase de contagio.

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 eso es muy importante que tome sus medicamentos! Su médico analizará sus muestras de esputo por lo menos cada dos semanas para saber qué tan efectivos son los medicamentos que usted toma. Su médico o su enfermera de tuberculosis le indicarán cuándo podrá retornar a su rutina normal en forma segura.

## Mientras usted esté en aislamiento domiciliario:

- 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.**
- 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 transplante de órganos) pueden contagiarse con tuberculosis fácilmente.
- **Si debe estar cerca a otras personas dentro de un lugar cerrado, lleve puesta una máscara en todo momento.**
- Puede estar en el exterior sin una máscara, si está solo. Es más difícil contagiar a otras personas en el exterior. La luz del sol destruye los gérmenes de la 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.

**SI TIENE ALGUNA PREGUNTA, LLAME A LA ENFERMERA DE TUBERCULOSIS AL \_\_\_\_\_.**