

CAPÍTULO II

LA PREVENCIÓN DE LA TUBERCULOSIS



LA PREVENCIÓN DE LA TUBERCULOSIS

OBJETIVO

Promover medidas de prevención para la Tuberculosis.

DURACIÓN DE LA SESIÓN:

1. Presentación 2´
2. Motivación 5´
3. Básica 10´
4. Evaluación 3´

MATERIALES:

- Rotafolio.
- Cinta adhesiva.
- Cartulinas.
- Plumones o lápices de colores.

METODOLOGÍA:

1. PRESENTACIÓN

El promotor empieza el taller presentándose, establece un clima de confianza y aceptación.

2. MOTIVACIÓN

Puedes utilizar diversas técnicas para este paso, por ejemplo dinámicas de presentación como:

Mímica para Presentación: ¿QUIÉN SOY Y QUE HAGO CONTRA LA TBC?

Cada participante debe responder a estas dos preguntas: ¿Quién soy y qué hago contra la TBC?. Pero debe decirlo de diferentes maneras: LLORANDO, RIENDO, CANTANDO, RENEGANDO O GRITANDO.

El moderador de la réplica educativa debe empezar la dinámica. Los gestos de la persona deben ir de acuerdo al sentimiento con el que se está expresando. Ejm:



**¡¡Me llamo María y
educó a
mi familia sobre la
TBC!!**

3. BÁSICA

Es el desarrollo del tema. En este caso el tema es: "Prevención de la Tuberculosis". En este paso puedes utilizar diversas técnicas, a continuación te presentamos una de ellas:

Lluvia de Ideas:

Es una técnica que permite recoger las opiniones y conocimientos de los participantes. Para ello:

- Se plantea un tema o pregunta motivadora. (¿Cómo se previene la TBC?)
- Se invita a todos y cada uno de los presentes a expresar sus ideas con entera libertad.
- Los participantes pueden expresar sus ideas u opiniones verbalmente, o escribiéndolas en tarjetas de cartulina o papel con letra grande y clara.



Se estimula la creatividad del grupo y se invita a dejar de lado la vergüenza o temor. No hay idea mala. Se aceptan todo tipo de opiniones menos críticas destructivas.

Desarrollo del Tema:

1. Se divide a los participantes en grupos de 2 o más personas. Depende del número de los participantes.
2. A cada grupo se le entrega un cartulina escrita con un tema de interés. En este caso ¿Cómo se previene la TBC?. Cada grupo debe tener un nombre.
3. Se le entrega un papelógrafo o cartulinas de tamaño A4 y plumón a cada grupo. Los participantes pueden emitir sus opiniones verbalmente o escribirlas en el papelógrafo o cartulinas. Uno de ellos actúa como moderador quién dirige la lluvia de ideas.
4. **Plenaria:** cada grupo presenta sus opiniones sobre el tema. Muestra y pega sus cartulinas escritas en una pared.
5. **Reforzamiento:** después de recoger las opiniones de los grupos sobre lo que conocen respecto a la prevención de la TBC, el promotor de salud, con la ayuda de las láminas del rotafolio, explicará con palabras sencillas y claras el contenido de la misma. Cada lámina cuenta con su ayuda informativa, que complementa la información de manera más detallada.

4. EVALUACIÓN

El promotor al finalizar la réplica educativa, debe proceder a la retroalimentación, y evaluar los conocimientos adquiridos por los participantes durante la réplica. Puedes utilizar técnicas como: Preguntas abiertas, señal de compromiso. Ejemplo:

"Señal de compromiso".

El promotor de salud dice a los participantes: "Levanten la mano derecha, los que se comprometen a poner en práctica lo aprendido".

JUEGO DE LÁMINAS

(Guía orientadora)

Lámina N° 12:



¿CÓMO PODEMOS PROTEGER A NUESTRA FAMILIA DE LA TBC?
(Titulo)

Lámina N° 13:



¿CÓMO PODEMOS PROTEGER A NUESTRA FAMILIA DE LA TBC?

Vacunando al recién nacido con la BCG (que lo protege contra las Tuberculosis más graves: TBC meníngea y TBC miliar).

Acudiendo al establecimiento de salud para un chequeo en caso de vivir con una persona con TBC o estar en contacto permanente con él.

Haciéndonos la prueba de esputo, en caso de tener tos con flema por más de 15 días, es GRATUITA en los establecimientos de salud.

Lámina N°14:



¿CÓMO PODEMOS PROTEGER A NUESTRA FAMILIA DE LA TBC?

Practicando buenos hábitos de higiene personal y manteniendo limpia la vivienda.

A través de una alimentación balanceada rica en:

Carbohidratos: cereales como el trigo, quinua, cebada, arroz y tubérculos como la papa, camote, yuca.

Vitaminas y Minerales: frutas como la papaya, plátano, maracuyá, mandarina.

Verduras como la zanahoria, zapallo, espinaca y legumbres como la arvejita verde.

Proteínas: pescado, carne, hígado, sangrecita, leche, huevos, queso, yogur y menestras como las lentejas, pallares, fríjol, soya.

Azúcares y Grasas: Azúcar, miel, aceite vegetal, mantequilla.

¿Cómo podemos proteger a nuestra familia de la TBC?



- Para la prevención de la TBC en menores, existe la **vacuna BCG** (Bacilo de Calmette Guerin) que protege al recién nacido de dos de las formas graves de la tuberculosis, como son: la TBC meníngea y TBC miliar. Ésta vacuna protege al recién nacido durante 10 años.
- Acudir al establecimiento de salud para un chequeo en caso de vivir con una persona con TBC o estar en contacto permanente con él.
- Es importante el diagnóstico precoz de la enfermedad a través de la **Prueba de Espujo** en caso de tener tos con flema por más de 15 días. Este examen es **GRATUITO** en los establecimientos de salud.
- Es necesario practicar buenos hábitos de higiene personal y mantener limpia la vivienda. La ventilación adecuada de las habitaciones del hogar ayuda a reducir la transmisión de la TBC. La luz natural del sol, como fuente de rayos ultravioleta, destruyen a los Bacilos de Koch.
- Desde el punto de vista de la salud pública, la mejor manera de prevenir la TBC es tratar eficazmente a todos los casos positivos de TBC, con lo cual se interrumpe la cadena de transmisión.
- El promotor de salud, deberá enseñar a las personas enfermas con TBC o con sospecha de la enfermedad a tomar precauciones sencillas, tales como:

- Taparse la boca al toser o estornudar con papel higiénico.
- Usar recipientes cubiertos para el esputo.
- Girar la cabeza para evitar toser directamente a la cara.
- Ventilar su habitación.
- Alimentarse adecuadamente.
- Dejar de fumar, tomar o consumir drogas.



- A través de una alimentación balanceada se fortalece el sistema de defensas del organismo, evitando así contraer enfermedades como la Tuberculosis.

Una Buena Alimentación te protege de las enfermedades

Una alimentación balanceada contiene:



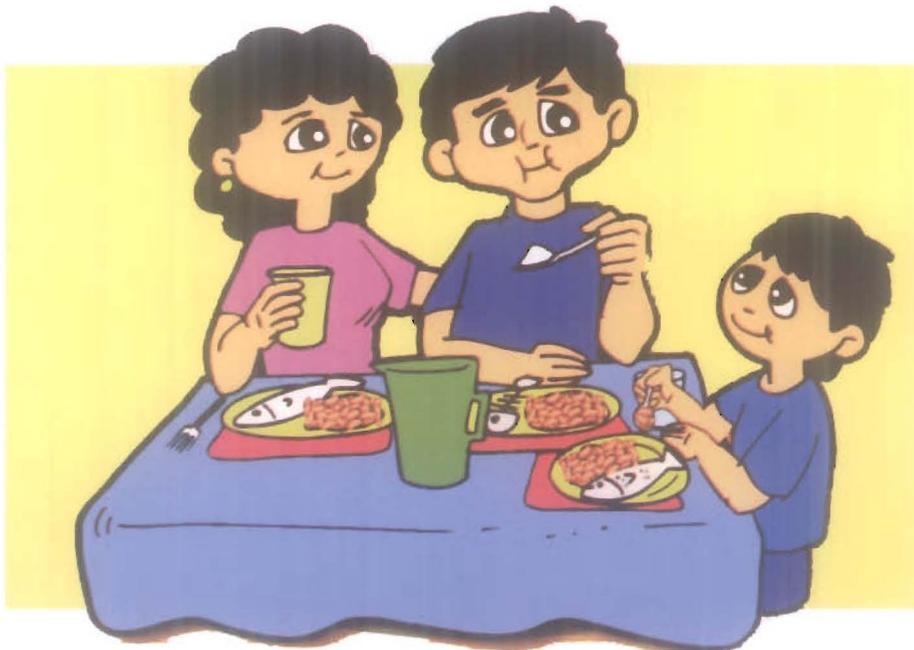
AZÚCARES Y GRASAS: Azúcar, miel, aceite vegetal, mantequilla.

PROTEINAS: pescado, carne, hígado, sangrecita, leche, huevos, queso, yogur y menestras como las lentejas, pallares, frijol, soya.

VITAMINAS Y MINERALES: frutas como la papaya, plátano, maracuyá, mandarina. Verduras como la zanahoria, zapallo, espinaca y legumbres como la arvejita verde.

CARBOHIDRATOS: cereales como el trigo, quinua, cebada, arroz y tubérculos como la papa, camote, yuca.

- Otra medida de prevención es la administración de pastillas de Isoniacida (QUIMIOPROFILAXIS) a los menores de 19 años que están en contacto con una persona enferma de tuberculosis. Es responsabilidad del médico indicar la Quimioprofilaxis.
- A los contactos se le debe realizar examen médico y si es sintomático respiratorio (tos con flema por más de 15 días) se le tomará una muestra de flema para descartar la enfermedad.
- Creando estilos de vida saludables (sin drogadicción, alcoholismo). Realizar ejercicios físicos, caminatas, ejercicios de respiración, tomar agua aproximadamente 8 vasos al día, descanso adecuado, mantener un estado emocional tranquilo y relajado, libre de estrés.



CAPÍTULO III
DERECHOS HUMANOS EN EL
CONTROL DE LA TUBERCULOSIS



DERECHOS HUMANOS EN EL CONTROL DE LA TBC

OBJETIVO

Dar a conocer los Derechos Humanos en el Control de la Tuberculosis y promover la práctica de los Derechos y Responsabilidades en Salud.

DURACIÓN DE LA SESIÓN:

1. Presentación 2´
2. Motivación 5´
3. Básica 10´
4. Evaluación 3´

MATERIALES:

- Rotafolio.
- Cinta adhesiva.
- Papel Bond.
- Plumones o lápices de colores

METODOLOGÍA:

1. PRESENTACIÓN

El promotor empieza el taller presentándose, establece un clima de confianza y aceptación.

2. MOTIVACIÓN

Puedes utilizar diversas técnicas para este paso, por ejemplo: cantos alusivos al tema como:

“Da la mano a tu amigo(a) que tiene TBC”

Participantes: niños, jóvenes y adultos.

Materiales: papelógrafo (donde se escribirá las letras del canto).

Desarrollo:

El promotor de salud, empezará a cantar y pedirá que los participantes intenten seguir la letra de la canción. Ejemplo:

“Da la mano a tu amigo(a), da la mano, da la mano a tu amigo(a) da la mano, dile que la TB tiene cura y estas dispuesto a ayudarlo. Da la mano a tu amigo(a) da la mano”.

Mientras están cantando, deben saludarse unos a otros, y hacer las mímicas de acuerdo a la canción.

3. BÁSICA

Es el desarrollo del tema. En este caso el tema es: “Derechos Humanos en el Control de la Tuberculosis”.

En este paso puedes utilizar diversas técnicas, a continuación mencionaremos una de ellas.

Diálogo simultáneo:

- Los miembros de un grupo dialogan simultáneamente por parejas (de dos en dos) para discutir un tema o problema de salud.
- Se adecua para los grupos que son nuevos, a fin de obtener en pocos minutos opiniones compartidas sobre un tema o preguntas.
- La técnica se presta a un intercambio de ideas entre los participantes, cada miembro dialoga con el compañero cercano sin necesidad de levantarse y sin ser necesario que exprese sus opiniones en voz alta.
- El promotor invita a los integrantes a conversar en voz baja con sus vecinos de asiento sobre el tema de discusión.
- Cumplidos los minutos de plazo, el animador invita a las personas para que cuenten, expresen lo que han conversado y los demás participantes completan los informes de sus compañeros.
- De las respuestas y opiniones se extraerá una conclusión general.



Desarrollo del Tema:

1. Se divide a los participantes en grupos de 2 personas.
2. El promotor de salud, indicará el tema a tratarse durante la réplica educativa. En este caso el temas es: "Derechos Humanos en el Control de la TBC". Se les facilitará una hoja de papel bond y un lapicero o plumón.
3. Los participantes conversarán sin necesidad de levantarse y sin ser necesario de hablar en voz alta, sus opiniones sobre el tema.
4. Posteriormente, el promotor de salud invitará a los participantes para que compartan lo conversado mediante un "MENSAJE FUERZA" escrito en un papel.
Ejemplo: "Toda persona merece ser tratada con respeto y consideración, en situación de salud o enfermedad"
5. Reforzamiento: después de recoger las opiniones de los grupos sobre lo que conocen respecto a los Derechos Humanos en el Control de la TBC, el promotor de salud, con la ayuda de las láminas del rotafolio, explicará con palabras sencillas y claras el contenido de la misma. Cada lámina del rotafolio cuenta con una ayuda informativa, que complementa la información de manera más detallada.

4. EVALUACIÓN

Al finalizar la réplica educativa, el promotor debe proceder a la retroalimentación y evaluación de los conocimientos adquiridos por los participantes durante la réplica.

Puedes utilizar técnicas como: Preguntas abiertas, solución de casos, señal de compromiso. Ejemplo:

"Preguntas abiertas"

- Explique en sus propias palabras, ¿Qué son los Derechos Humanos?
- Mencione algunos responsabilidades del paciente con TBC, la familia y la comunidad frente al problema de Tuberculosis.

JUEGO DE LÁMINAS

(Guía orientadora)

Lámina N° 15:



¿CUÁLES SON NUESTROS DERECHOS EN SALUD?

Que nos traten con amabilidad y respeto en el establecimiento de salud sin importar nuestra condición social.

Al diagnóstico y tratamiento gratuito de la tuberculosis en el establecimiento de salud.

Que nos brinden información clara, completa y a tiempo sobre nuestro estado de salud.

Que nos atiendan con privacidad y aseguren nuestra confidencialidad.

A no ser rechazadas o rechazados por tener tuberculosis así como cualquier otra enfermedad.

Lámina N° 16:



¡CUENTAS CON NUESTRO APOYO!

Mensajes Fuerza:

La Tuberculosis se cura, si cumples el tratamiento.

El tratamiento de uno es la prevención de todos

Vencer la Tuberculosis requiere el esfuerzo de todos.

¡Juntos en la Lucha contra la Tuberculosis!



La Dignidad Humana

La Dignidad Humana está en la base de los Derechos Humanos reconocidos universalmente, siendo éstos indivisibles, integrales, imprescindibles y progresivos. Toda persona merece ser tratada con respeto y consideración, en situación de salud o enfermedad, independientemente de su condición social, raza o credo.

Los Derechos Humanos

Son condiciones esenciales del género humano, materiales y espirituales, que necesitamos para satisfacer nuestras necesidades y realizarnos como seres humanos (Declaración Universal de los Derechos Humanos).

El derecho a la vida, la libertad personal, privacidad, seguridad, igualdad ante la ley, a la no discriminación a la expresión, al libre tránsito, el derecho a la Salud, educación, condiciones dignas de vida y de trabajo.

Derechos en Salud

- A ser tratado con amabilidad y respeto en el establecimiento de salud sin importar nuestra condición social.
- Al diagnóstico y tratamiento gratuito de la tuberculosis en el establecimiento de salud.
- A la información clara, completa y a tiempo sobre nuestro estado de salud, que incluye el diagnóstico, tratamiento, riesgos y cuidados que debe seguir un paciente con tuberculosis.
- A ser atendido con privacidad y aseguren nuestra confidencialidad. El personal de salud debe guardar en reserva o secreto la identidad, diagnóstico y tratamiento al cual esta siendo sometido el paciente.
- A no ser rechazadas o rechazados por tener tuberculosis así como cualquier otra enfermedad.



Responsabilidades en Salud

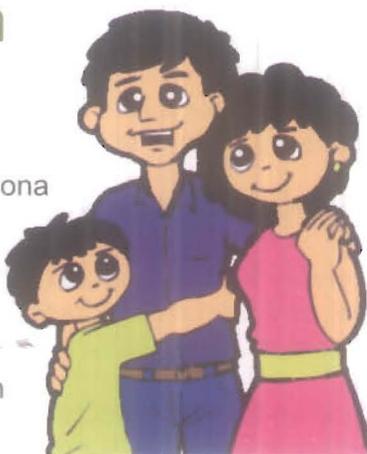
- Cuidar nuestra salud manteniendo una buena alimentación y vivienda saludable.
- Acudir al centro de salud a tiempo en caso de enfermedad o accidente.
- Brindar información real al médico sobre nuestro estado de salud actual y pasado.



- Cumplir con el tratamiento y recomendaciones que nos brinden en el establecimiento de salud.
- Buscar información sobre como cuidar nuestra salud y la de nuestra familia en el establecimiento de salud.
- Participar en las actividades relacionadas a la salud organizadas en nuestra comunidad.

Responsabilidades de los familiares del paciente con TBC y la comunidad

- Mostrando atención, afecto y comprensión a la persona enferma con tuberculosis.
- Brindando compañía y alegría a la persona enferma con tuberculosis.
- Difundiendo la NO discriminación del enfermo con tuberculosis y el respeto a sus derechos.
- Siendo solidarios con la persona enferma con tuberculosis.



REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Módulos de TBC. Consorcio UNMSM CEPESJU PROVIDA Proyecto Fondo Global Care. Perú 2004
2. Norma Técnica de TBC Ministerio de Salud. Lima Perú, Abril del 2006.
3. Ministerio de Salud. Dirección General de Salud de las Personas. Estrategia Nacional de Prevención y Control de la Tuberculosis. Guía Metodológica en IEC Tuberculosis para la formación de Agentes Comunitarios.
4. Proyecto Fondo Mundial: “Fortalecimiento de la Prevención y el Control del SIDA, la Tuberculosis y la Malaria”. Guía del Promotor de Salud de la PPL. 2005
5. Declaración Universal de Derechos Humanos 1948 Art. 25
6. Ministerio de Salud. Dirección general de Salud de las personas. Estrategia Sanitaria Nacional de Prevención y Control de la Tuberculosis. “Yo Promotor Manual para promotores en TBC”. 2005.
7. Ministerio de Salud. Proyecto Salud y Nutrición Básica. Módulo III. Planificación y Programación local con el enfoque estratégico.
8. Guía Metodológica en IEC-Tuberculosis para la formación de agentes comunitarios. Ministerio de salud. 2001
9. Comisión Interamericana de Derechos Humanos OEA. Declaración Americana de los Derechos y Deberes del Hombre. 2003
10. Organización Mundial de la Salud. El derecho a al Salud. Ginebra, Suiza. 2002
11. Quesada Castillo, Rocío (2004). Cómo planear la enseñanza estratégica. Editorial Limusa. México D. F.
12. www.minsa.gob.pe
13. www.libreriapedagogica.com



La Tuberculosis se cura, si cumples el tratamiento

FONDO MUNDIAL

Fue creado para financiar un cambio radical en la Lucha contra el Sida, la Tuberculosis y Malaria. Todos los años estas enfermedades cobran la vida de más de 6 millones de personas, cifra que va en aumento. Por medio de la ampliación progresiva de los recursos facilitados se apoya intervenciones agresivas contra estas tres enfermedades. A través del financiamiento del trabajo de programas nuevos y existentes se busca salvar la vida de millones de personas, contener la propagación del Sida, Tuberculosis, Malaria y frenar la devastación que producen éstas en las familias, comunidades y economías de todo el mundo.

CARE

Nuestra misión es servir a los individuos y a las familias en las comunidades más pobres del mundo. Nos fortalecemos de nuestra diversidad, recursos y experiencia a nivel mundial. Promovemos soluciones innovadoras y abogamos por la responsabilidad global, además de facilitar el cambio sostenible.

ADRA PERÚ

La Agencia Adventista de Desarrollo y Recursos Asistenciales - ADRA es una de las principales organizaciones no gubernamentales de ayuda en el mundo, dedicada a proyectos de desarrollo sostenibles a largo plazo, con presencia en más de 120 países. En el Perú, ADRA viene operando desde 1965 propiciando el desarrollo integral de la persona, familia y comunidad de las zonas más pobres y olvidadas de nuestro país a través de la ejecución de proyectos de desarrollo en áreas de Salud, Agropecuaria, Económica, Infraestructura y Servicio Básicos, Educación, Atención de Desastres, Medio Ambiente, Democracia y Gobernabilidad.

Servicio de Medicinas PRO-VIDA

Es una asociación civil sin fines de lucro, fundado en 1985, por iniciativa de agentes pastorales con la finalidad de promover la salud y defender la vida utilizando al medicamento como instrumento estratégico para llegar a la comunidad y contribuir a fortalecer su organización y motivar su desarrollo.

IMPERIAL COLLEGE

Es una universidad líder mundial científica creada por Acta Real en 1907 en Londres con una reputación por la excelencia en la enseñanza e investigación. Cuenta con uno de los mejores ambientes para postgrado en el campo científico, tecnológico y médico en el Reino Unido.

Imperial College promueve la interacción entre las disciplinas a través de sus centros de investigación interdisciplinarios y su escuela médica a nivel mundial.

