

# Cartilla Educativa

## PARA LA SALUD RESPIRATORIA Y PREVENCIÓN DE LA TUBERCULOSIS



Dirigido al personal de salud para el trabajo con docentes





PERÚ

Ministerio  
de Salud

# Cartilla Educativa

## PARA LA SALUD RESPIRATORIA Y PREVENCIÓN DE LA TUBERCULOSIS



Dirigido al personal de salud para el trabajo con docentes

Cartilla educativa para la promoción de la salud respiratoria - prevención de la tuberculosis. Dirigida a personal de salud para el trabajo con docentes. Ministerio de Salud. Dirección General de Intervenciones Estratégicas en Salud Pública. Dirección Ejecutiva de Promoción de la Salud. - 1 ed. - Lima: Ministerio de Salud; 2019.

19 p. ilus.

PROMOCION DE LA SALUD / SALUD RESPIRATORIA / PREVENCION DE LA TUBERCULOSIS / PRÁCTICAS Y ENTORNOS SALUDABLE / DOCENTE

Hecho el Depósito Legal en la Biblioteca Nacional del Perú N° 2019 - 07462

**Cartilla educativa para la promoción de la salud respiratoria - prevención de la tuberculosis. Dirigida a personal de salud para el trabajo con docentes.**

#### **MINISTERIO DE SALUD**

Dirección General de Intervenciones Estratégicas en Salud Pública. Dirección de Promoción de la Salud. (Minsa. Digiesp. Dprom)

#### **Elaboración:**

Tania Cervera Villalobos Dprom

#### **Revisión técnica:**

Rula Aylas Salcedo Dprom

#### **Validación:**

Gladys Cusiato Santiago Dprom

Gladys Zoraida Champi Jalixto Dprom

Janet Clorinda Llamosas Montero Dprom

John Edward Castro Varillas Oficina General de Comunicaciones

Cecilia Bernabé Chavez Dgiesp

Jorge Alcántara Chávez DIRESA Callao

Adriana Valencia Vilca DIRESA Callao

#### **Personal de Salud:**

DIRIS Lima Este CS San Juan- Iquitos

DIRIS Lima Norte CS Túpac Amaru- Iquitos

DIRIS Lima Centro PS Cahuide- Iquitos

DIRIS Lima Sur PS 9 de octubre- Iquitos

DIRESA Callao PS Maynas- Iquitos

CS Julio C. Tello-Lurín PS Masusa- Iquitos

CS Cardoso- Iquitos PS Modelo- Iquitos

CS Nauta- Iquitos PS Progreso- Iquitos

CS San Antonio- Iquitos IPRESS América- Iquitos

#### **Docentes:**

IE Violeta Correa de Belaunde 601606 Iquitos

IEP Nuevo Amanecer Lima

#### **Diseño y diagramación:**

Roberth Edgar Gamboa Inga Dprom

Juan Roberto Gutiérrez Pérez Dprom

©Minsa, JULIO 2019

Ministerio de Salud

Av. Salaverry N°801, Lima 11- Perú

Teléfono (51-1) 3156600

<https://www.gob.pe/minsa>

Primera Edición, 2019

Tiraje: 4,000 unidades

Impresión: Burcon impresores y derivados S.A.C

Dirección: Cal. Bernardo Alcedo N° 549

Teléfono:4700123

Versión digital disponible:

# Introducción

**La tuberculosis** está considerada entre los principales problemas de salud pública en nuestro país. Afecta además de la salud, la calidad de vida de las personas, e impacta también en los ámbitos económico y social de la familia y del país.

La detección precoz de sintomáticos respiratorios y el tratamiento temprano son fundamentales para evitar la propagación de la enfermedad, toda vez que la tuberculosis es prevenible y curable. Para esta tarea se requiere la participación responsable de la comunidad en los diferentes escenarios sociales.

La institución educativa es el espacio donde los estudiantes adquieren capacidades que les permitirán desenvolverse en el futuro, para llevar una vida plena y saludable, a través de sus decisiones diarias. Por tanto, la institución educativa debe brindar a los estudiantes condiciones favorables a su salud y seguridad durante su permanencia en ella. Para lograrlo es necesario que los miembros de la comunidad educativa dispongan de información adecuada.

A fin de fortalecer la incorporación de comportamientos saludables e implementación de entornos favorables para la salud respiratoria y, en particular, la prevención de la tuberculosis en las instituciones educativas, se ha elaborado la presente Cartilla Educativa dirigida al personal de salud para el trabajo con docentes con el objetivo de proporcionar información básica sobre la tuberculosis, sus características, sus medidas preventivas y acciones que se deben realizar si se presentaran casos de este mal en alumnos u otro miembro de la comunidad educativa.





PERÚ

Ministerio  
de Salud

**Elizabeth Zulema Tomás Gonzáles**

MINISTRA DE SALUD

**Neptalí Santillán Ruiz**

VICEMINISTRO DE SALUD PÚBLICA

**Óscar Ernesto Cosavalente Vidarte**

VICEMINISTRO DE PRESTACIONES Y ASEGURAMIENTO EN SALUD

**Rosario Esther Tapia Flores**

SECRETARIA GENERAL

**Gustavo Martín Rosell De Almeida**

DIRECTOR GENERAL DE LA DIRECCIÓN DE INTERVENCIONES  
ESTRATÉGICAS EN SALUD PÚBLICA

**Alexandro Daniel Saco Valdivia**

DIRECTOR EJECUTIVO DE PROMOCIÓN DE LA SALUD



## ¿Qué es la tuberculosis?

Es una enfermedad infectocontagiosa causada por el bacilo de Koch, ataca de manera especial a los pulmones, aunque también afecta a otras partes del organismo, como riñones, cerebro, huesos, entre otras.



## ¿Por qué se debe conocer sobre la tuberculosis en la institución educativa?

-  Es un problema de salud pública que afecta emocional, económica, física y socialmente a la comunidad educativa y a la familia. Puede ser causa de muerte; sin embargo, se puede prevenir y curar si se detecta y se trata a tiempo.
-  Es muy contagiosa. Puede propagarse fácilmente de una persona enferma a otra sana. Una institución educativa o el aula de clase pueden ser espacios de posible contagio para estudiantes y para quienes laboran en ellas.
-  Porque genera ausentismo y deserción escolar.



Por estas razones la institución educativa debe asumir la responsabilidad de **participar activamente en la prevención de la tuberculosis** y proteger a los estudiantes, sus familias y en general, a todos los integrantes de la comunidad educativa.

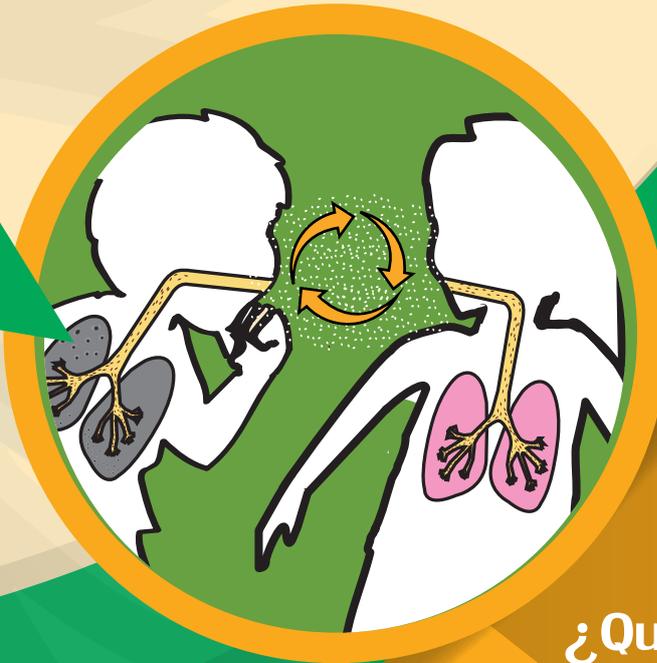
## ¿Cómo se contagia la tuberculosis?

La tuberculosis pulmonar es la forma más contagiosa, porque se transmite por vía aérea. Cuando las personas enfermas de tuberculosis sin tratamiento hablan, tosen o estornudan, expulsan pequeñas gotitas de saliva con el bacilo de la tuberculosis; las personas que se encuentran cerca pueden inhalar la bacteria e infectarse.

El riesgo de infectarse por tuberculosis ocurre en ambientes cerrados, sin iluminación y ventilación natural que permite la concentración del bacilo de Koch; estos ambientes pueden ser: el hogar, centro laboral, la institución educativa, los vehículos de transporte público, entre otros.

### Recuerda:

Existen factores que contribuyen al desarrollo de la enfermedad: hacinamiento, pobreza, bajas defensas del organismo, desnutrición, o si la persona expuesta al contagio tiene otras enfermedades.



## ¿Qué síntomas presenta una persona enferma de tuberculosis?



Tos con flema por más de 15 días, **este es el síntoma más característico de la tuberculosis.**



Fiebre y sudoración nocturna.



Pérdida de peso y apetito.

## ¿Cómo se previene la tuberculosis?

La principal medida de prevención es a través de la identificación oportuna del sintomático respiratorio (persona que presenta tos con flema por 15 días o más). Así mismo se previene con el desarrollo de prácticas de salud respiratoria (consumo de alimentación saludable, ventilación e iluminación de los ambientes, cubrirse con el antebrazo al toser y/o estornudar).

## ¿Por qué?

Es importante detectar a la persona que presenta tos con flema por 15 días o más, porque las personas de su entorno están en riesgo de contagio.



## ¿Cómo?

-  Observar de manera permanente a los miembros de la comunidad educativa: docentes, estudiantes, personal administrativo y servicio, detectando a quienes presenten tos con flema por más de 15 días.
-  Si se detecta a un sintomático respiratorio, se le debe brindar facilidades para que acuda al establecimiento de salud más cercano y entregue su muestra de esputo.
-  Si el sintomático respiratorio es un estudiante se debe comunicar al padre de familia para que lo lleve al establecimiento de salud más cercano.



## Recuerda:

Es necesario incluir en el desarrollo curricular contenidos relacionados a la tuberculosis: conocer la enfermedad, reconocer sintomáticos respiratorios y situaciones de riesgo de transmisión, desarrollar comportamientos saludables.

## ¿Cómo se diagnostica la tuberculosis?



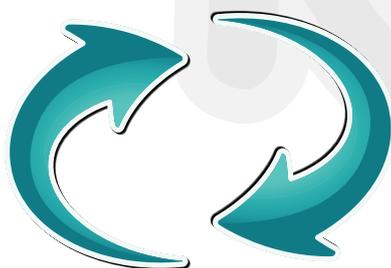
A la persona con sospecha de tuberculosis se le realiza un examen que consiste en la toma de una muestra de esputo (flema), para su análisis, así confirmar o no la presencia del bacilo que produce la tuberculosis.

El personal de salud informará si es necesario realizar exámenes adicionales de acuerdo a los resultados y evaluaciones.

## Practica con tus alumnos comportamientos saludables que incluyan:

### A. Abrir ventanas y cortinas para ventilar e iluminar los ambientes

de la escuela, vivienda, trabajo, transporte público para el recambio de aire permanente e ingreso de la luz natural.



### ¿Por qué?

La ventilación cruzada es el ingreso y salida de aire por zonas opuestas, así se disminuye la concentración de los microorganismos suspendidos en el ambiente.

### ¿Qué se necesita?

De ser necesario adecuar la infraestructura de los ambientes de la institución educativa para permitir la ventilación e iluminación natural.



## B. Cubrirse al estornudar o toser



### ¿Por qué?

Porque cuando una persona con tuberculosis pulmonar; tose, estornuda, habla o canta, expulsa en el aire gotitas que contienen el bacilo de Koch, y permanecen suspendidas en el aire por varias horas.

Cubrirse al estornudar o toser, disminuye la carga bacteriana en el entorno de la persona y evita la diseminación del bacilo.

### ¿Cómo?

- Cubrirse la nariz y boca con papel higiénico al toser o estornudar.
- El papel usado no debe ser lanzado al piso o a la calle, se debe guardar en una bolsa plástica y luego desecharlo en el tacho de basura.
- Lavarse las manos después de limpiarse la nariz.
- En caso de no contar con papel se debe cubrir la nariz y boca con el antebrazo.



### ¿Qué se necesita?

- Servicios higiénicos con provisión de agua y jabón.
- Espacios de aseo en las aulas donde dispongan de papel desechable para cubrirse al estornudar y tachos de basura para su eliminación.



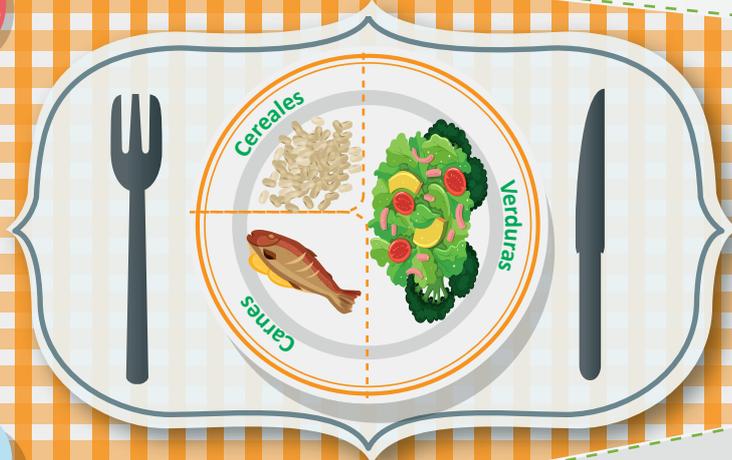


## C. Alimentarse saludablemente

Una alimentación saludable aporta todos los nutrientes esenciales y la energía que cada persona necesita para mantenerse sana. Ayuda a cuidar la salud, a sentirse y verse mejor, fortalece el sistema inmunológico para prevenir diversas enfermedades, entre ellas, la tuberculosis

### ¿Cómo?

Promover el consumo de cantidades adecuadas de todos los grupos de alimentos: Cereales, tubérculos y menestras, verduras, frutas, lácteos y derivados, carnes, pescados y huevos, azúcar y derivados (miel, panela, otros), y grasas no saturadas.



### ¿Qué se necesita?

- Promover el envío de refrigerios saludables para los estudiantes.
- Contar en la institución educativa con quioscos y comedores escolares saludables.



### Recuerda:

La tuberculosis no se contagia:

- Por usar los mismos cubiertos: cucharas, tenedores.
- Por dar la mano.
- Por tocar o usar la ropa de una persona afectada.

La tuberculosis no se transmite por transfusión sanguínea.

## D. Vacunación

### ¿Por qué?

La vacuna BCG protege contra la tuberculosis, aunque solo frente a las formas graves como es el caso de la tuberculosis meníngea y miliar.

### ¿Cómo?

Hacer conocer a los padres sobre la vacuna BCG, que se aplica a los recién nacidos, y es gratuita en los establecimientos de salud.



### Recuerda:

#### **Ciertos malos hábitos ponen en riesgo la salud respiratoria:**

El consumo y exposición al humo de tabaco y/o de leña aumenta el riesgo de contraer la tuberculosis, facilita su desarrollo, incrementa su gravedad, dificulta el tratamiento y permite su propagación.

# ¿Qué hacer frente a un caso de tuberculosis en la institución educativa?

La institución educativa que tome conocimiento de la existencia de un caso de tuberculosis es responsable de coordinar con el establecimiento de salud más cercano para realizar el estudio de contactos, de acuerdo a la **Ley de Prevención y Control de la Tuberculosis (Ley N° 30287) y su reglamento**.

La institución educativa pública o privada debe brindar las facilidades necesarias al equipo de salud, para desarrollar la intervención sanitaria, en cumplimiento de la Ley N° 30287 y su reglamento<sup>1</sup>. Los padres de familia o tutores de los estudiantes menores de edad deben aceptar que se realice el despistaje de tuberculosis en los estudiantes<sup>2</sup>.

Un equipo de trabajo del establecimiento de salud, en coordinación con el director de la institución educativa deberá elaborar un plan de intervención sanitaria.



## ¿Cómo es la intervención sanitaria ante casos de tuberculosis en la institución educativa?

La intervención sanitaria debe ser dentro de las 72 horas de conocido el caso de tuberculosis en la institución educativa<sup>3</sup>. Consta de las siguientes etapas:

### a) Recolección de información

Según sea el caso, es necesario conocer el número de estudiantes y docentes del aula afectada, o la cantidad de población total.



### b) Inspección y reconocimiento de la infraestructura

Para conocer condiciones como iluminación natural, ventilación natural cruzada, densidad o proporción de estudiantes por aula y área (hacinamiento).



1.- No brindar las facilidades necesarias puede originar denuncias ante el Ministerio Público por delito contra la salud pública

2.- No brindar facilidades puede originar denuncias ante la Defensoría del Niño y Adolescente y de ser necesario a la Fiscalía de la Familia, puesto que se encuentra en situación de riesgo la salud individual del niño o adolescente, así como la salud pública.

3.- De acuerdo con la RM 1098-2017 que aprueba la DS N° 080-MINSA/2017/DGIESP.

## ¿Qué facilidades se deben otorgar a los estudiantes afectados por tuberculosis?

El artículo 39 del reglamento de la Ley N 30287, Ley de Prevención y Control de la Tuberculosis, establece las facilidades que debe tener el estudiante afectado por esta enfermedad:

**a) El director de la institución educativa otorgará facilidades:** para el descanso médico efectivo del estudiante sin afectar sus estudios; para la recuperación de clases; y la no pérdida del año escolar.

**b) La dirección de la institución educativa brindará apoyo académico y tutorial** al estudiante una vez que retorne a clases.

**c) La institución educativa garantiza la reserva y confidencialidad** de los datos personales de los estudiantes afectados por tuberculosis, promoviendo la no discriminación y estigma en la comunidad educativa.

**d) Durante la ausencia del estudiante, la institución educativa proveerá orientación y apoyo permanente para su desarrollo académico y la recuperación de su salud.** Se harán extensivas las orientaciones necesarias a la familia y a la comunidad educativa.

**e) La reincorporación a clases** del estudiante afectado por la enfermedad **está supeditada a la evaluación del médico** responsable del tratamiento de tuberculosis en el establecimiento o red de salud donde es atendido. El médico la refrendará con el certificado correspondiente.

### c) Sesiones educativas

Inicialmente sobre aspectos básicos de la tuberculosis (transmisión, diagnóstico, tratamiento y prevención)

Posteriormente temas como prácticas saludables, identificación de sintomáticos respiratorios, entre otros.



### d) Estudio de contactos en la institución educativa

De acuerdo al caso, el estudio de contactos se realizará a alumnos, docentes y/o personal administrativo.



## ¿Cómo se promueve la no discriminación y estigma hacia estudiantes afectados por tuberculosis?

El estigma está presente por desconocimiento de esta enfermedad. Originándose conductas discriminatorias por miedo a contagiarse, como: evitar contacto con el enfermo; expresiones verbales: “no te acerques” “ahí nomás”; exclusión de los estudiantes de sus instituciones educativas; separar o señalar los objetos de uso de la persona enferma de tuberculosis, entre otras.

- La primera forma de combatir esta discriminación es hablar del tema. Todos deben conocer que la tuberculosis es una enfermedad respiratoria que puede afectar a cualquiera, pero sobre todo que es una enfermedad que tiene tratamiento, cura y se puede prevenir.



- Informarse sobre la enfermedad. Coordinar con el establecimiento de salud de la jurisdicción y solicitar reunión de información y capacitación para el grupo de docentes o para el total de miembros de la comunidad educativa. Asegurarse de obtener toda la información sobre temores o dudas acerca de la tuberculosis.
- Mantener la confidencialidad de los datos de personas afectadas en la institución educativa.
- Apoyar al estudiante y padres de familia para el cumplimiento del tratamiento; comunicar las facilidades para el descanso médico y soporte que asume la institución educativa para la recuperación de las clases y evitar la pérdida del año escolar<sup>4</sup>.
- Desarrollar y monitorear diversas actividades al aire libre que fomenten la integración social, y procurar que nadie sea excluido.



<sup>4</sup> Artículo 39, inciso 39.2 del reglamento de la Ley de Prevención y Control de la Tuberculosis ( Ley N° 30287).

# Desterrando mitos

¿Se corre el riesgo de contagiarse de tuberculosis, si se comparten platos, cucharas o vasos, o si se da un abrazo, un beso o la mano a una persona enferma?

**NO.** La tuberculosis se contagia por vía respiratoria. El bacilo de Koch se encuentra flotando en el aire, debido a que una persona enferma al toser, hablar o estornudar expulsa el bacilo al medio ambiente.

¿La enfermedad se cura tomando remedios naturales o caseros?

**NO.** Los remedios caseros pueden aliviar algún síntoma, pero no “mata” al bacilo de Koch. El tratamiento para la tuberculosis dura entre 6 a 18 meses, periodo en el que la persona afectada por tuberculosis requiere apoyo de la familia y su entorno.

¿El tratamiento es muy costoso?

**NO.** El tratamiento es cubierto por el Estado, incluye el diagnóstico y tratamiento en su totalidad.

Si diagnostican tuberculosis a una persona, ¿puede llevarse a casa los medicamentos para tomarlos?

**NO.** El tratamiento se suministra bajo la supervisión de un personal de salud, en un establecimiento de salud.

¿La tuberculosis es igual que una gripe? y ¿afecta solo a los pulmones?

**NO.** Porque ocasiona síntomas respiratorios de larga duración, la tuberculosis es etiquetada como “una gripe que no se cura”, pero no lo es. La principal forma de tuberculosis es la pulmonar, sin embargo, también puede afectar al intestino, cerebro, riñones, huesos u otros órganos.

En una casa abrigada y sin ventilación, ¿se está más protegido(a) contra la tuberculosis?

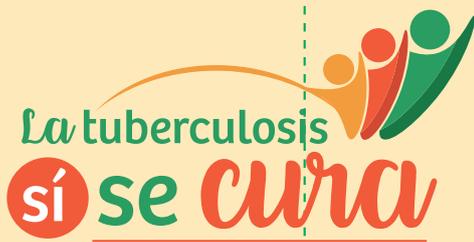
**NO.** La casa debe estar ventilada, iluminada y limpia para que la bacteria muera.

¿Los medicamentos para la tuberculosis deterioran más a la persona?

**NO.** La recuperación de un paciente con tuberculosis después de iniciado su tratamiento es tan efectiva que muchas veces al creer que están curados lo abandonan, originando resistencia. Situación que no debe suceder.

¿La tuberculosis afecta solo a las personas que fuman, beben y trasnochan?

**NO.** La tuberculosis puede presentarse en cualquier persona, pero la infección es más frecuente en personas que viven en la pobreza, hacinadas en habitaciones pequeñas y que no se alimentan adecuadamente.



El Ministerio de Salud brinda detección, diagnóstico y tratamiento de forma **GRATUITA** a las personas afectadas por tuberculosis.

A la persona que tiene tos con flema por 15 días o más se le llama **sintomático respiratorio** y tiene altas posibilidades de tener tuberculosis.

**DEBE ACUDIR INMEDIATAMENTE AL ESTABLECIMIENTO DE SALUD**

### RECUERDA

Practicar en la institución educativa comportamientos saludables para proteger tu salud respiratoria.

**EL PERÚ PRIMERO**

Infórmate, llama gratis al: ☎ **113**