

# Tuberculose

## TB – a doença, tratamento e prevenção

Portuguese translation of *TB – the disease, its treatment and prevention*

---

A TB (tuberculose) é uma doença infecciosa que afecta geralmente os pulmões, apesar de poder afectar qualquer parte do organismo.

Há cerca de 150 anos era a causa de uma em cada oito mortes no Reino Unido, mas na década de 1980, graças à melhor qualidade das habitações, da nutrição e de tratamentos eficazes, tinha-se tornado pouco comum no Reino Unido – contabilizando-se 5 745 casos em 1987.

No entanto, a TB ainda não foi totalmente erradicada. Nos últimos 20 anos, os casos no Reino Unido têm vindo a aumentar lentamente. Cerca de 7 000 pessoas são agora contaminadas com TB todos os anos (das quais aproximadamente 60–80 são da Irlanda do Norte).

A TB não é facilmente transmissível – é necessário que haja um contacto próximo e prolongado com um portador de TB (por exemplo, pertencer ao mesmo agregado familiar de um doente) – mas toda a gente deve conhecer os sintomas da doença para que se possa procurar tratamento logo que possível.

**A TB é curável mediante tratamento com antibióticos especiais.**

### **Como é que a TB se propaga e quais as probabilidades de eu ser infectado?**

A TB apenas pode ser transmitida directamente de algum doente com TB infecciosa nos pulmões ou na garganta.

Apesar de a TB se transmitir pelo ar quando os portadores da doença tosem ou espirram, é necessário um contacto próximo e prolongado com um portador da doença para que esta se transmita.

Nem todos os portadores de TB dos pulmões são infecciosos e, desde que sejam sujeitos ao tratamento adequado, a maioria das pessoas que eram infecciosas, deixam de o ser bastante depressa – geralmente, ao fim de cerca de duas semanas – **desde que sejam sujeitas ao tratamento adequado.**

Apesar de todas as pessoas estarem sujeitas à infecção com TB, alguns grupos apresentam um maior risco do que outros.

Incluem:

- crianças cujos pais ou avós sejam naturais de países com elevadas taxas de incidência de TB, como por exemplo vários países da Ásia, África e Europa de Leste (para uma lista actualizada de países com uma elevada taxa de TB, visite [www.hpa.org.uk/infections/topics\\_az/tb/epidemiology/who\\_table2.htm](http://www.hpa.org.uk/infections/topics_az/tb/epidemiology/who_table2.htm) ou consulte o seu médico de família).

Além disso, pessoas que:

- tenham residido no mesmo agregado familiar, ou tenham mantido um contacto próximo e prolongado, com algum indivíduo infectado com TB
- vivam em condições de reduzida salubridade ou em espaços sobrelotados, incluindo os sem-abrigo ou pessoas que dormem ao relento

- viveram, trabalharam ou permaneceram um período prolongado num país com elevadas taxas de TB
- possam ter estado expostas à TB enquanto jovens, quando a doença era mais comum neste país
- tenham cumprido pena na prisão
- não tenham capacidade para combater a infecção (imunossuprimidos) devido a doença (por ex. infecção com VIH) ou tratamento
- sejam toxicodependentes ou alcoólicos
- não se alimentem o suficiente para manter a saúde.

### **Como posso saber se estou infectado com TB?**

Os sintomas mais comuns da TB incluem:

- tosse persistente que piora progressivamente ao longo de várias semanas
- perda de peso sem motivos aparentes
- febre e fortes suores nocturnos
- estranha sensação de cansaço geral e desconforto
- sangue na expectoração.

**Todos estes sintomas podem também ser sinais de outros problemas, mas se os sentir e estiver preocupado, contacte um médico ou enfermeiro no seu centro de saúde ou clínica local.**

Se tiver um contacto próximo com alguém a quem tenha sido diagnosticada TB e se verifique o risco de estar infectado, ser-lhe-á disponibilizado um exame completo.

### **Se eu for contaminado com TB, posso ser tratado?**

Pode, a TB pode ser tratada com antibióticos especiais. Assim que o tratamento começar, começará a sentir-se melhor ao fim de duas a quatro semanas. Mas o tratamento deverá prolongar-se durante seis meses no mínimo. É extremamente importante que conclua o tratamento completo com os antibióticos para que a TB seja curada. Caso contrário, a infecção pode regressar sob uma forma resistente aos medicamentos comuns, sendo muito mais difícil de tratar. Para além disso, verifica-se a possibilidade de transmitir esta forma mais grave para a sua família e amigos.

**Se a TB não for tratada convenientemente, pode provocar a morte.**

### **Como se pode prevenir a TB?**

A forma mais importante e mais eficaz de prevenção da propagação da TB neste país consiste no diagnóstico de indivíduos com a doença assim que possível e em garantir que são sujeitos a um tratamento correcto e completo. As pessoas com quem o indivíduo contacta de perto também devem ser examinadas por forma a garantir que não estão contaminadas com TB. É por esse motivo que é tão importante conhecer a doença.

### **Pensei que se podia prevenir a TB com uma vacina?**

Existe há vários anos uma vacina (BCG) que ajuda a proteger contra a TB. A BCG resulta melhor na prevenção das formas mais graves da TB nas crianças. No entanto, a vacina BCG não previne a TB em todos os casos, pelo que é importante que conheça os sinais e os sintomas da TB.

## **A quem se destina a vacina BCG?**

A vacina BCG destina-se a:

- todos os bebés e crianças com menos de 12 meses de idade com pais ou avós naturais de países com uma incidência anual de TB de 40/100 000 ou mais da população
- crianças com menos de 16 anos que nunca tenham sido vacinadas cujos pais ou avós sejam naturais ou provenientes de países com uma incidência anual de TB de 40/100 000 ou mais
- imigrantes recém-chegados de países com elevada incidência de TB que nunca tenham sido vacinados
- jovens com idades entre os 16-35 anos que nunca tenham sido vacinados pertencentes a certos grupos profissionais, tais como prestadores de cuidados de saúde e outros indivíduos com probabilidades de contactarem com portadores de TB
- indivíduos que tenham mantido um contacto próximo com portadores de TB infecciosa.

## **Vou viajar para o estrangeiro, preciso da vacina BCG?**

Se for visitar, residir ou trabalhar num país com elevada taxa de TB por um período superior a um mês, é importante que se proteja contra a TB. Peça o conselho do seu médico no centro de saúde ou clínica.

## **TB - dúvidas frequentes**

A maioria das pessoas que vivem na Irlanda do Norte nunca se cruzará com um portador de TB. O risco de contrair TB na Irlanda do Norte é reduzido. Não obstante, é importante que as pessoas conheçam os sintomas da TB e saibam como a TB se propaga e como pode ser tratada. É igualmente importante

que as pessoas compreendam o risco real para elas próprias e para as suas famílias.

## **Transportes públicos e locais públicos fechados**

A utilização de transportes públicos e a realização das suas tarefas diárias habituais não representam um risco acrescido de infecção com TB.

## **A TB nas escolas**

É extremamente rara, mas pode provocar grande ansiedade. As crianças com TB raramente contribuem para a propagação da doença. As crianças são infectadas com TB por adultos que tenham TB nos pulmões. Caso se detecte uma criança em idade escolar infectada com TB, haverá lugar a um rastreio visando garantir que mais ninguém será infectado e para se identificar a origem da infecção. De uma forma geral, a origem é um membro da família próximo ou algum elemento do mesmo agregado familiar. Caso se detecte um adulto membro do pessoal com TB infecciosa, as crianças serão sujeitas a rastreio de acordo com as recomendações da saúde pública local.

## **Por que motivo o programa de BCG das escolas foi interrompido se a TB tem aumentado?**

O padrão da TB tem vindo a mudar consideravelmente desde que o programa de BCG nas escolas foi apresentado em 1953. Já não se justifica a vacinação de crianças com reduzido risco de contraírem TB (quase todos os indivíduos da Irlanda do Norte se enquadram nesta categoria). A nova política prevê a vacina BCG para os indivíduos com maior risco de contraírem TB e que mais beneficiarão da vacina o mais cedo possível na vida, altura em que a vacina é mais eficaz.

## **Mais informações**

Para mais informações sobre como se proteger, à sua família e aos seus amigos contra a TB, consulte o seu médico ou contacte a TB Alert.

A TB Alert é uma instituição de beneficência que se dedica à consciencialização acerca da TB e ao combate à TB em todo o mundo.

**TB Alert**

22 Tiverton Road

London

NW10 3HL

Phone: 0845 456 0995

Email: [info@tbalert.org](mailto:info@tbalert.org)

Também pode visitar:

[www.dhsspsni.gov.uk/phealth](http://www.dhsspsni.gov.uk/phealth)

[www.dh.gov.uk](http://www.dh.gov.uk)

[www.hpa.org.uk](http://www.hpa.org.uk)

[www.immunisation.nhs.uk](http://www.immunisation.nhs.uk)

[www.tbalert.org](http://www.tbalert.org)

Para uma lista actualizada de países com elevadas taxas de incidência de TB, visite:

[www.hpa.org.uk/infections/topics\\_az/tb/epidemiology/who\\_table2.htm](http://www.hpa.org.uk/infections/topics_az/tb/epidemiology/who_table2.htm)

