



TB TUBERCULOSE

O QUE É

A tuberculose (TB) é uma doença curável, causada por uma bactéria que se denomina *Mycobacterium tuberculosis*. Frequentemente é uma doença que afeta os pulmões (TB pulmonar), mas pode afetar outros órgãos (TB extrapulmonar).

COMO SE MANIFESTA

Os sintomas não são específicos. As pessoas com tuberculose podem apresentar:

F - Febre (habitualmente baixa e ao fim do dia);

E - Emagrecimento (não intencional);

S - Suores noturnos;

T - Tosse (seca ou produtiva, com ou sem presença de sangue);

A - Astenia (cansaço).

Para além destes sintomas, algumas pessoas com TB pulmonar podem sentir dor no peito ao respirar ou tossir. Na TB extrapulmonar existem queixas muito variadas, dependentes do órgão afetado.

É importante não desvalorizar estes sintomas, devendo consultar um profissional de saúde para avaliar a situação.

COMO SE TRANSMITE

A tuberculose transmite-se de uma pessoa para outra através do ar. Quando uma pessoa com TB (no pulmão ou vias respiratórias) em fase contagiosa, tosse, espirra ou fala, as bactérias podem ser libertadas, podendo ficar várias horas suspensas no ar. A transmissão acontece quando outras pessoas inalam estas bactérias.

Após inalar as bactérias, e caso o sistema imunitário (defesas do organismo) não tenha capacidade de eliminá-las, pode ocorrer uma das seguintes situações:

- **Infeção latente**: As bactérias permanecem no organismo, mas o sistema imunitário consegue mantê-las sob controlo. Nesta situação a pessoa fica infetada, mas não apresenta sintomas e não transmite a infeção. Esta infeção pode, quando não tratada, evoluir para doença.

- **TB Doença**: As bactérias permanecem no organismo e o sistema imunitário não consegue mantê-las sob controlo. Nesta situação a pessoa fica doente, podendo apresentar sintomas e transmitir a infeção.

Nem todas as pessoas expostas ficam infetadas e nem todas as pessoas infetadas ficam doentes.

COMO SE DIAGNOSTICA

O diagnóstico é feito com base nos sinais e sintomas que a pessoa apresenta, em combinação com radiografia ao tórax, análises ao sangue, análises à expetoração e/ou outros exames.

COMO SE TRATA

O tratamento é realizado com a toma diária de medicamentos orais. A maioria das pessoas toma a medicação em casa.

A duração mínima do tratamento é de 6 meses. A decisão de quais os medicamentos a tomar e a duração do tratamento é feita pelo profissional de saúde, dependendo da situação de cada pessoa.

É importante cumprir o tratamento de forma rigorosa. Caso contrário existe o risco de se criarem resistências e da medicação deixar de funcionar, comprometendo assim a cura.

COMO SE PREVINE

Para diminuir a transmissão da TB é importante:

- Estar atento a possíveis sintomas, pois permite identificar e tratar precocemente as pessoas com tuberculose. Esta estratégia permite não só curar a pessoa, como impedir a transmissão a outras;
- Identificar e testar todas as pessoas que tiveram contacto com quem tem tuberculose contagiosa. Esta estratégia é realizada com apoio das autoridades de saúde e permite identificar e tratar todas as pessoas que possam estar infetadas ou doentes. O tratamento da infeção latente é a principal forma de evitar o aparecimento futuro de doença;
- Implementar medidas de proteção: usar máscara (quem está doente); cobrir o nariz e boca com lenço de papel sempre que tossir ou espirrar, deitando-o de seguida para o lixo; se não tiver lenço de papel, tossir ou espirrar para o antebraço e lavar frequentemente as mãos. Estas medidas diminuem o número de bactérias libertadas para o ar, diminuindo a probabilidade de transmissão;
- Vacinar bebés e crianças que reúnam critérios com a vacina BCG (*Bacilo Calmette-Guérin*);
- Manter os espaços arejados e expostos à luz solar.

Escrito e compilado por Ana Correia e Sofia Pinto (enfermeiras do GAT), revisto por outros profissionais do GAT. A informação deste folheto não pretende substituir a informação dada pelos profissionais de saúde. As decisões relacionadas com as escolhas de prevenção, diagnóstico e tratamento, devem ser avaliadas pelos profissionais de saúde. Referências consultadas em março de 2020.

SPP - <https://www.sppneumologia.pt/doentes/tuberculose>

CDC - <https://www.cdc.gov/tb/>

DGS - <https://www.dgs.pt/paginas-de-sistema/saude-de-a-a-z/tuberculose1/material-de-divulgacao/cartaz-programa-nacional-para-a-tuberculose-pdf.aspx>

PROMOTOR



PARCEIROS



COFINANCIAMENTO



DGS desde 1899
Direção-Geral da Saúde



Programa Nacional para a Tuberculose