



Signos de infección y sepsis en casa

En ocasiones, las infecciones comunes pueden desembocar en sepsis. La sepsis es una respuesta mortal a una infección.

	Zona verde No hay signos de infección.	Zona amarilla Actúe hoy mismo.	Zona Roja ¡Actúe YA!
¿Hay cambios en los latidos de mi corazón o en mi respiración?	Mis latidos son los de siempre. La respiración es normal para mí.	Los latidos del corazón son más rápidos de lo habitual. La respiración es un poco más difícil y rápida de lo habitual.	El ritmo cardíaco es muy rápido. La respiración es muy rápida.
¿Tengo fiebre?	No he tenido fiebre en las últimas 24 horas y no estoy tomando medicamentos para la fiebre.	Fiebre entre 100 °F y 101.4 °F.	Fiebre igual o superior a 105 °F.
¿Tengo frío?	No siento frío.	Siento frío y no puedo entrar en calor. Estoy temblando o me castañetean los dientes.	La temperatura es inferior a 96,8 °F. La piel o las uñas están pálidas o azules.
¿Cómo está mi energía?	Mi nivel de energía es el de siempre.	Estoy demasiado cansado para actividades habituales.	Estoy muy cansada. No puedo realizar ninguna de mis actividades habituales.
¿Cómo es mi pensamiento?	El pensamiento es claro.	El pensamiento se siente lento o no es correcto.	Mis cuidadores me dicen que lo que digo no tiene sentido.
¿Hay cambios en cómo me siento después de una hospitalización, un procedimiento, una infección o un cambio en la herida o en la vía intravenosa?	Me siento bien. Tenía neumonía, una infección del tracto urinario (ITU) u otra infección. Tenía una herida o una vía intravenosa. Es curativo.	No me encuentro bien. Tengo mucha tos. Mi herida o la zona de la vía parecen diferentes. Llevo 5 horas o más sin orinar. Cuando orino (hago pis), me arde, está turbio o huele mal.	Me siento mal. La herida o la vía intravenosa me duelen, están rojas, huelen mal o tienen pus.



Mi plan para prevenir infecciones en casa

En ocasiones, las infecciones comunes pueden desembocar en sepsis. La sepsis es una respuesta mortal a una infección.

Cosas que puedo hacer para prevenir la infección:

- Lavarme las manos a menudo con jabón y agua, especialmente después de tocar los pomos de las puertas
- Manténgase alejado de las personas que tengan tos o estén resfriadas. Manténgase alejado de las multitudes a menos que su médico lo autorice
- Vacunarse contra la gripe, la tos ferina y la neumonía
- Comer alimentos sanos y beber agua
- Mantener limpias las heridas o la vía intravenosa
- Tener un plan para obtener ayuda cuando este en la zona amarilla

Cómo haré estas cosas:

Busque signos de infección:

- Realice un control diario utilizando este formulario de semáforo
- ¡Notifique inmediatamente cualquier signo de infección en el amarillo!
- Vigile la sepsis. La sepsis es una respuesta muy peligrosa del organismo a una infección. La sepsis puede provocar daños en los tejidos, fallos orgánicos y la muerte. **Cualquiera de los signos de la zona roja puede ser un signo de sepsis.** Dígale a su médico: "Estoy preocupado por la sepsis"

Su equipo de atención sanitaria trabajará con usted para fijar objetivos y que pueda cumplir su plan.