

# Mi plan para identificar una infección o septicemia

Nombre: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_

No fume; evite el humo ambiental

## Zona verde: sin signos de infección

- ✓ Mi ritmo cardíaco y respiración son normales.
- ✓ No tengo escalofríos ni siento frío.
- ✓ Mi energía es normal.
- ✓ Puedo pensar con claridad.
- ✓ La herida o el sitio de inserción de la vía intravenosa están cicatrizando bien.



## Verde significa que debo:

- ✓ Estar siempre atento para detectar cualquier signo de infección.
- ✓ Continuar tomando mis medicamentos según lo prescrito, especialmente si me estoy recuperando de una infección o enfermedad.
- ✓ Acudir a todas las citas con el médico o cualquier otro profesional.
- ✓ Seguir las instrucciones para cuidar la herida o el sitio de inserción de la vía intravenosa.
- ✓ Lavarme las manos y evitar el contacto con personas enfermas.

## Zona amarilla: precaución

- ✓ Siento que el ritmo cardíaco es más rápido que de costumbre.
- ✓ Mi respiración es rápida o tengo tos.
- ✓ Tengo fiebre con temperatura de 100.0°F a 101.4°F.
- ✓ Siento frío y tengo escalofríos, no puedo entrar en calor.
- ✓ No puedo pensar con claridad, mi cabeza está "confundida."
- ✓ No estoy bien, siento demasiado cansancio para hacer cualquier cosa.
- ✓ Hace 5 horas que no orino, o siento dolor y ardor al orinar.
- ✓ Las heridas o el sitio de inserción de la vía intravenosa se ven diferentes.



## Amarillo significa que debo:

- ✓ Llamar al médico, especialmente si estuve enfermo o fui operado recientemente.
- ✓ Preguntarle si es posible que tenga una infección o septicemia.

### Contacto del médico:

Doctor: \_\_\_\_\_

Teléfono: \_\_\_\_\_

## Zona roja: ¡alerta médica!

- ✓ Me siento mal, con mucho cansancio, debilidad y dolor.
- ✓ Mi ritmo cardíaco o respiración son muy rápidos.
- ✓ Tengo al menos 101.5°F de temperatura.
- ✓ Tengo menos de 96.8°F de temperatura.
- ✓ Tengo las uñas pálidas o azuladas.
- ✓ La gente dice que digo cosas sin sentido.
- ✓ La herida o el sitio de inserción de la vía intravenosa me duelen, están enrojecidos, huelen mal o tienen pus.



## Rojo significa que debo:

- ✓ **Actuar rápidamente. ¡La septicemia es grave!**
- ✓ **Llamar al 9-1-1** y decir "Necesito que alguien me vea inmediatamente. Pienso que puedo tener una septicemia."

Fuente: Journal of the American Medical Association (JAMA) Network, JAMA Patient Page: Sepsis. October 2010. Available at: <https://jamanetwork.com/journals/jama/fullarticle/186795>. Centers for Disease Control and Prevention. Sepsis. Basic Information. How Can I Get Ahead of Sepsis? Available at: <https://www.cdc.gov/sepsis/basic/index.html>. Mayo Clinic. Mayo Foundation for Medical Education and Research: Disease Conditions Information: Sepsis. Available at: <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/sepsis/symptoms-causes/syc-20351214?p=1>. The Sepsis Alliance. General Information and Resources. Sepsis Symptoms. Available at: <https://www.sepsis.org>.

Este material se ha adaptado Health Services Advisory Group, bajo contrato con los Centros de Servicios de Medicare y Medicaid (CMS, por sus siglas en inglés), una agencia del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos. Los contenidos presentados no necesariamente reflejan la política de los CMS. Publicación Nro XS-HQIC-XT-04092021-07

Esta información se proporciona con fines educativos únicamente. HSAG no manifiesta ni garantiza que esta información se aplica a la atención o el tratamiento de un paciente específico. Este contenido no constituye asesoramiento de un médico y no debe utilizarse como reemplazo del tratamiento o del asesoramiento de un médico o de otro proveedor de atención médica en ejercicio.

