

Mi plan para identificar una infección o septicemia

Nombre _____ Fecha _____

No fume; evite el humo ambiental.

Cepílese los dientes dos veces al día para reducir las bacterias bucales.

Zona verde: sin signos de infección (todo lo de abajo)

- ✓ 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 (todo lo de abajo)

- ✓ 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! (todo lo de abajo)

- ✓ 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.
- ✓ La piel me ha cambiado de color; tengo los labios o los lechos de las uñas grisáceos o azulados.
- ✓ 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 9-1-1** al decir "Necesito que alguien me vea inmediatamente. Pienso que puedo tener una septicemia."

Centers for Disease Control and Prevention. Sepsis. Basic Information. How Can I Get Ahead of Sepsis? <https://www.cdc.gov/sepsis>.
Mayo Clinic. Mayo Foundation for Medical Education and Research: Disease Conditions Information: Sepsis. <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/sepsis/symptoms-causes/syc-20351214?p=1>.
Sepsis Alliance. Prevention. <https://www.sepsis.org/sepsis-basics/prevention>. Sepsis Alliance. Prevention. Vaccinations. <https://www.sepsis.org/sepsisand/prevention-vaccinations>.
Journal of the American Medical Association (JAMA) Network, JAMA Patient Page: Sepsis. October 2010. <https://jamanetwork.com/journals/jama/fullarticle/186795>.
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.
Este material fue preparado por Health Services Advisory Group (HSAG, por sus siglas en inglés), la Quality Innovation Network-Quality Improvement Organization (QIN-QIO, por sus siglas en inglés), bajo contrato con los Centros de Servicios de Medicare y Medicaid (CMS, por sus siglas en inglés), la cual es una agencia del Departamento de Salud y Servicios Humanos de Estados Unidos (HHS, por sus siglas en inglés), y cualquier referencia específica, en este documento, a algún producto o entidad no constituye respaldo a ese producto o entidad por parte de CMS o HHS. Publicación No. QN-13SOW-XC-09032025-13