




# Guía para identificar Sepsis

Una infección común a veces puede provocar sepsis. La sepsis es una respuesta letal a una infección. Usa la información a continuación para mantenerte salvo. Si cree que se está enfermando o tiene preguntas sobre la sepsis, llame a su médico.

Zona Verde: Todo Claro		
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Latido del corazón y respiración normal.</li> <li>• No tengo escalofríos ni frío.</li> <li>• Mi nivel de energía es normal.</li> <li>• Puedo pensar claramente.</li> <li>• Cualquier herida o sitio de línea intravenoso está sanando bien.</li> </ul>	<p>Lo que significa:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• No tiene signos de infección.</li> <li>• Siga las instrucciones que le dio su médico.</li> </ul>
• Zona Amarillo: Advertencia		
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Latido del corazón es más rápido de lo habitual.</li> <li>• Tengo la respiración rápida o estoy tosiendo.</li> <li>• Tengo fiebre entre 100.0°F y 101.4°F.</li> <li>• Siento frío y estoy temblando; no puedo calentarme.</li> <li>• Mi pensamiento es lento; razonamiento está borroso.</li> <li>• No me siento bien; estoy muy cansado para hacer algo.</li> <li>• No he orinado en 5 horas o duele cuando lo hago.</li> <li>• Mi herida o sitio de línea intravenosa se ve diferente.</li> </ul>	<p>Lo que significa:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Debe contactar a su médico, especialmente si ha estado enfermo o si ha tenido a una cirugía reciente.</li> </ul>
• Zona Roja: Peligro		
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Me siento enfermo, muy cansado, débil y con dolor.</li> <li>• Latido del corazón o mi respiración es muy rápida.</li> <li>• Mi temperatura es de 101.5°F o más.</li> <li>• Mi temperatura es menos de 96.8°F.</li> <li>• Mis uñas están pálidas o azules.</li> <li>• La gente dice que mis palabras no tienen sentido.</li> <li>• Mi herida o sitio de línea intravenosa me duele, está rojo, huele o tiene pus.</li> </ul>	<p>Lo que significa:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Llama a tu doctor si está en esta zona.</li> <li>• <b>¡Llama 911 si es necesario!</b></li> </ul>

## Como Ayudar Prevenir una Infección

- Lávese bien las manos, frecuentemente, con agua y jabón o gel antiséptico, especialmente después de tocar cosas como la perilla de la puerta y rieles.
- Obtenga todas las vacunas que su doctor le recomiende. Las vacunas previenen infecciones causadas por virus.
- Las cortadas y rasguños crean acceso para que la bacteria entre al cuerpo. Limpie cualquier raspadura inmediatamente y manténgala limpia a medida que sana.
- Conozca las señales y síntomas de la infección, incluyendo:
  - Ritmo cardiaco alto
  - Fiebre, temblores, o sentir mucho frío
  - Confusión
  - Dificultad para respirar
  - Dolor extremo
  - Piel húmeda o sudorosa
- ¡Si siente que está enfermo, llame a su doctor o vaya al hospital en cuanto pueda!

