Boulder Community Health

PATIENT EDUCATION

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		
	• Latido del corazón y respiración normal. • No tengo escalofríos ni frio. • Mi nivel de energía es normal. • Puedo pensar claramente. • Cualquier herida o sitio de línea intravenoso está sanando bien.	Lo que significa: • No tiene signos de infección. • Siga las instrucciones que le dio su médico.
• **Zona Amarillo: Advertencia**		
	• Latido del corazón es más rápido de lo habitual. • Tengo la respiración rápida o estoy tosiendo. • Tengo fiebre entre 100.0°F y 101.4°F. • Siento frío y estoy temblando; no puedo calentarme. • Mi pensamiento es lento; razonamiento está borroso. • No me siento bien; estoy muy cansado para hacer algo. • No he orinado en 5 horas o duele cuando lo hago. • Mi herida o sitio de línea intravenosa se ve diferente.	Lo que significa: • Debe contactar a su médico, especialmente si ha estado enfermo o si ha tenido a una cirugía reciente.
• **Zona Roja: Peligro**		
	• Me siento enfermo, muy cansado, débil y con dolor. • Latido del corazón o mi respiración es muy rápida. • Mi temperatura es de 101.5°F o más. • Mi temperatura es menos de 96.8°F. • Mis uñas están pálidas o azules. • La gente dice que mis palabras no tienen sentido. • Mi herida o sitio de línea intravenosa me duele, está rojo, huele o tiene pus.	Lo que significa: • Llama a tu doctor si está en esta zona. • **¡Llama 911 si es necesario!**

Boulder Community Health

PATIENT EDUCATION

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!

Este material tiene el propósito de solamente ser informativo. No debe reemplazar los consejos o consulta de un médico o profesional de salud médica. BCH se esfuerza para proporcionar información correcta y a tiempo, pero no hace ninguna garantía a este respecto. Usted debe consultar con y depender en los consejos de su médico o profesional de salud médica. Last reviewed: 11/2025