

Cómo reducir su riesgo de desarrollar sepsis

- Manténgase al día con las vacunas.
- Tome antibióticos cuando se los prescriben, incluso si se siente mejor.
- Mantenga las manos limpias.
- Mantenga un peso y estilo de vida saludables.
- Siga las recomendaciones médicas para las afecciones crónicas.
- Si es madre, amamante de ser posible.
- Siga las recomendaciones sobre el cuidado de heridas.

Notas

Importante

Si tiene una infección y no mejora, incluso si está tomando antibióticos, **considere tener sepsis y obtenga ayuda médica urgente.**



Acuda a su médico o al Departamento de Emergencias



Llame al 999 o 112



No tenga miedo de preguntar “¿Podría ser una sepsis?”

Para obtener más información sobre la sepsis, visite hse.ie/sepsis

Este folleto está disponible en otros idiomas en healthpromotion.ie

Escanee este código QR y busque “sepsis” para más información.



**Tengo una infección.
¿Podría ser una sepsis?**



¿Qué es la sepsis?

La sepsis puede desarrollarse cuando el cuerpo tiene una reacción extrema a cualquier infección.

Ocurre cuando su sistema inmunitario no responde a una infección de la forma que debería.

La sepsis es una enfermedad mortal que daña los órganos y mata a 1 de cada 5 personas que la desarrollan.

Si tiene una infección, conozca los signos de la sepsis. Es importante recibir un tratamiento temprano si lo necesita.

¿Quién corre riesgo?

Si bien toda persona con una infección puede correr el riesgo de desarrollar una sepsis, tienen un mayor riesgo quienes:

- tengan más de 75 años
- tengan con ciertas afecciones médicas, como cáncer, enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC), diabetes, enfermedad crónica del hígado o riñón
- tengan un sistema inmunitario débil, ya sea por enfermedad o medicamentos, como esteroides, inmunodepresores, biológicos y quimioterapia
- sean niños/as muy jóvenes

Preste atención a los signos de la sepsis si tiene una infección

Puede ser difícil de detectar si tiene sepsis. Si tiene una infección viral o bacterial, incluso si está tomando antibióticos u otro medicamento, preste atención a los signos y síntomas.

Busque ayuda médica si le preocupa usted u otra persona a su cuidado.

Signos y síntomas en personas adultas (incluida la maternidad)

S	Balbuceo, confusión nueva, muy enfermo/a para comunicar, somnolencia.
E	Tremblores extremos, dolor en los músculos, fiebre.
P	No ha orinado durante las últimas 12 horas y no siente deseos de orinar.
S	Falta de aire, labios azulados, sensación de que el corazón se acelera, mareos al sentarse o pararse.
I	Sensación de morirse.
S	Manchas o decoloración en la piel, sarpullido nuevo que se ve incluso cuando se lo presiona con un vidrio transparente (prueba del vidrio).

Sepsis maternal

El embarazo causa cambios en su sistema inmunitario que aumenta las probabilidades de que contraiga infecciones.

Esto significa que su sistema inmunitario puede no responder tan rápido a una infección, en especial las infecciones virales.

Estos cambios duran hasta un total de 6 semanas después del embarazo, incluso en casos de pérdida del embarazo o aborto.



Sepsis en infancias

Si su niño/a tiene una infección, ya sea que esté tomando antibióticos o no, preste atención a los signos y los síntomas de la sepsis.

Los síntomas de la sepsis pueden diferir según el bebé y niño/a.

Los signos y síntomas en niños/as son los siguientes:

- respiración muy rápida
- convulsiones
- piel veteada (color irregular), azulada o pálida
- un sarpullido que no se va al presionarlo
- adormecimiento inusual y dificultad para despertarse
- frío inusual al tocarlo/a
- no ha orinado por más de 12 horas

Si el niño/a tiene menos de 5 años, observe en particular si:

- no se alimenta
- vomita seguido
- está seco/a cuando lo/la cambia y el pañal no ha estado mojado en las últimas 12 horas

Los padres y cuidadores son quienes mejor conocen al niño/a: si se preocupa, busque atención médica de inmediato.

Concienciación sobre la sepsis



Salvar vidas