

# CONSEJOS PARA PROTEGERSE DE LA SEPSIS

La **sepsis** es la **respuesta extrema** del cuerpo a una **infección** y es **potencialmente mortal**.

ES UNA EMERGÈNCIA MÈDICA Y SE DEBE ACTUAR RÀPIDAMENTE

## FACTORES DE RIESGO

- ✓ Tener **más de 65 años** o **menos de 2 años**.
- ✓ Padecer alguna **enfermedad que debilite el sistema inmunitario**.
- ✓ Tener alguna **enfermedad crónica**.
- ✓ Haberse **sometido a cirugía**.
- ✓ Ser **portador de dispositivos** (sonda vesical, catéteres venosos...).
- ✓ Tener heridas o lesiones como consecuencia de un **accidente**.

## SÍNTOMAS

- ✓ **Confusión** o desorientación.
- ✓ **Dificultad** para **respirar**.
- ✓ **Augmento del ritmo cardíaco**.
- ✓ **Fiebre**, escalofríos o hipotermia.
- ✓ Dolor o malestar.
- ✓ **Erupción cutánea** en manchas.
- ✓ **Dolor de cabeza** y dificultad para flexionar el cuello.
- ✓ **Rechazo del alimento**, piel fría o mal aspecto (niños).

## PREVENCIÓN DE LA SEPSIS

- ✓ **Practicar buena higiene** (lavarse las manos, mantener limpias las heridas...).
- ✓ **Conocer los síntomas** de la sepsis.
- ✓ **ACTUAR RÀPIDAMENTE** ante la sospecha de sepsis o una infección que no mejora o empeora.
- ✓ **Consultar al médico las medidas para prevenir infecciones**. Algunas medidas incluyen controlar bien las infecciones crónicas y ponerse las vacunas recomendadas.

## CÓDIGO SEPSIS: PROTOCOLO DE ACTUACIÓN RÀPIDA EN CATALUÑA



Incluye una alerta hospitalaria y prealerta extrahospitalaria.



Facilita la detección de los pacientes con sepsis.



Promueve el inicio del tratamiento precoz.



Coordina la atención entre niveles asistenciales.



Facilita la transferencia de información clínica.



Hace el seguimiento y la evaluación de la actividad realizada.