



PLAN DE CUIDADO EN CASA DE PACIENTE CON DOLOR ABDOMINAL



1. **Mantener una alimentación** baja en grasas y evitar comidas con condimentos fuertes, fritos o alimentos que puedan irritar el estómago.



2. **Evitar los productos lácteos y las bebidas oscuras**, como café, gaseosas y té negro, ya que pueden aumentar el malestar.



3. **Tomar únicamente** los medicamentos formulados por el médico.



4. **No usar por cuenta propia analgésicos adicionales**, antiinflamatorios ni antibióticos.



5. **Tomar abundante líquido**, preferiblemente agua, según lo permita el malestar.



6. **Guardar reposo moderado** y estar atento a cualquier cambio en la intensidad o en la forma del dolor.

Los síntomas de alarma para acudir a urgencias son:



Fiebre mayor de 38 °C que sigue presente después de 24 a 48 horas de tratamiento.



Incapacidad para comer o tomar líquidos.



Náuseas y vómitos que van aumentando.



Falta de deposiciones por más de 48 horas, acompañada de dolor abdominal fuerte e inflamación.



Heces con sangre o con moco.



Dolor en el abdomen que aumenta o se vuelve muy difícil de soportar.



Dolor muy fuerte que aparece de repente o abdomen muy duro al tocarlo.



Cambios en el color de la piel del abdomen, como enrojecimiento o tono violáceo.



Dificultad para respirar debido al dolor abdominal.