



PLAN DE CUIDADO EN CASA DE PACIENTE PEDIÁTRICO



1. Dar los medicamentos exactamente como los indicó el médico y en los horarios señalados. No automedicar al niño.



2. Solicitar una cita de control en la EPS dentro de las 72 horas después del egreso y continuar con los controles médicos según lo indique el profesional de salud.



3. Padres y cuidadores deben lavarse muy bien las manos antes de alimentar al niño, cambiar pañales o jugar con él.



4. Dedicar tiempo de calidad al menor, promover hábitos saludables y realizar actividad física adecuada para su edad.



5. Mantener una alimentación saludable: Incluir todos los grupos de alimentos y ofrecer al menos cinco porciones de frutas y verduras al día.



6. Reducir el consumo de alimentos procesados, gaseosas y productos empaquetados, y preferir comidas preparadas en casa.



7. Mantener la casa limpia, ordenada y con buena ventilación.



8. Recordar que cualquier síntoma acompañado de deterioro del estado general es motivo para consultar a un profesional de salud.

Los síntomas de alarma para acudir a urgencias son:

Recién nacidos (primer mes de vida):



No querer alimentarse.



Cambio inesperado en el color de la piel.



Llanto continuo o gemido que no se calma.



Mucho decaimiento o muy poca actividad.

Fiebre:



Fiebre acompañada de mal estado general.



Fiebre con manchas moradas en la piel que no desaparecen al presionar (*petequias*).



Fiebre que no mejora con medicamentos o que dura más de 72 horas sin una causa clara.

Dolor:



Dolor fuerte en el abdomen, en el pecho o en los testículos.



Dolor de cabeza muy intenso que no mejora con analgésicos.



Dolor de oído, garganta o músculos que es inusual o que no desaparece.

Cambios de coloración de la piel:



Labios, uñas o piel azulada o morada.



Palidez muy marcada.

Cardíacos:



Frecuencia del corazón muy rápida y que no disminuye.



Sensación de palpitaciones o presión en el pecho.

Respiratorios:



Dificultad para respirar o sensación de falta de aire.



Tos con sangre en la flema.

Gastrointestinales:



Vómitos que no se detienen o vómitos con sangre.



Diarrea muy fuerte o que dura varios días.

Deshidratación:



Boca muy seca, no producir lágrimas al llorar o sed intensa.



Pañal seco por más de 18 horas en bebés pequeños.



Mucho decaimiento o falta de energía.

Neurológicos:



Convulsiones.



Cambios en el estado de conciencia: sueño excesivo, desmayos o confusión.



Dificultad repentina para hablar o mover alguna parte del cuerpo.

Reacciones alérgicas:



Brote extenso en la piel tipo ronchas con picazón.



Hinchazón en la cara, labios, lengua o párpados.



Dificultad para respirar o para tragar.

Traumatismos y lesiones:



Heridas profundas.



Golpes con dolor fuerte e imposibilidad de mover una extremidad o sospecha de fractura.



Golpe en la cabeza con pérdida de conciencia, vómito o síntomas neurológicos.



Quemaduras graves o quemaduras en cara, manos, pies o genitales.



Mordeduras de animales o de otras personas.

Otras situaciones:



Ingesta de sustancias tóxicas o medicamentos no indicados.



Sangrado fuerte que no se detiene con presión.



Niños con enfermedades crónicas (*cardíacas, cáncer, problemas metabólicos*) que presentan fiebre o signos de empeoramiento.