



# 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.