



PLAN DE CUIDADO EN CASA DE PACIENTE PEDIÁTRICO CON INFECCIÓN DE VÍAS URINARIAS



1. Tomar líquidos en cantidad suficiente durante el día para ayudar a vaciar bien la vejiga.



2. Consumir alimentos ricos en vitamina C, como naranja, mandarina, maracuyá, arándanos, zanahoria y espinaca.



3. Mantener una buena higiene después de evacuar: Limpiar siempre de adelante hacia atrás.



4. Usar ropa interior de algodón, ligera y limpia.



5. No usar antibióticos sin fórmula médica y cumplir el tiempo de tratamiento indicado cuando el médico los prescriba.



6. Mantener hábitos saludables al orinar: Hacerlo con frecuencia y no aguantar las ganas.



7. Evitar el estreñimiento aumentando el consumo de frutas, verduras, alimentos con fibra y agua.



8. Administrar solo los medicamentos formulados por el médico tratante.



9. No dar antibióticos de manera habitual si no han sido indicados por un profesional de salud.

Los síntomas de alarma para acudir a urgencias son:



Persistencia o empeoramiento de los síntomas: Dolor al orinar, sangre en la orina, sensación de no vaciar bien la vejiga o dolor en la espalda baja que no mejora después de 48 horas de tratamiento.



Náuseas y vómitos que no se detienen.



Fiebre mayor de 38 °C después de 48 horas de haber iniciado el antibiótico.



Malestar general intenso, mucho decaimiento o cambios en el estado de alerta.



Rechazo a los líquidos o disminución importante en la cantidad que se bebe.