



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.