

## SIGNOS DE ALARMA



- **Fiebre** que reaparece o persiste más de 5 días.
- **Ictericia** (color amarillo en piel u ojos).
- **Dolor intenso** en piernas, espalda o abdomen.
- **Vómitos frecuentes** o persistentes.
- **Diarrea con sangre** o muy abundante.
- **Disminución de la cantidad de orina** o orina muy oscura.
- **Dificultad para respirar**, confusión, somnolencia excesiva.
- **Sangrados** por encías, nariz u orina.

## SEGUIMIENTO

- **Asiste a la cita de control** entre los días 5 y 10 tras el alta.
- **Lleva los exámenes solicitados** por el equipo médico.
- **Consulta si notas nuevos síntomas** o si algún miembro de tu familia presenta fiebre o dolor.
- **Lleva un resumen de tu historia clínica** para futuras valoraciones.



OPS



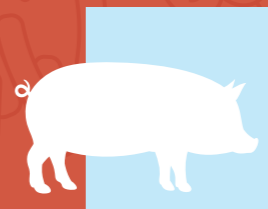
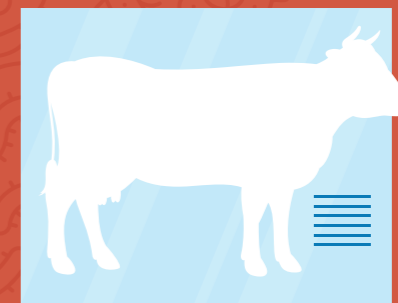
Organización  
Panamericana  
de la Salud



Organización  
Mundial de la Salud  
Región de las Américas

## RECOMENDACIONES DE EGRESO – PACIENTE CON LEPTOSPIROSIS

Fiebre amarilla y  
dengue descartados



OPS



Organización  
Panamericana  
de la Salud



Organización  
Mundial de la Salud  
Región de las Américas

## CUIDADOS GENERALES EN CASA

(mínimo 10 a 14 días)

- **Descansa en casa** en un ambiente tranquilo y limpio.
- **Evita realizar actividades físicas** intensas o trabajos que demanden esfuerzo físico.
- **No expongas tu cuerpo al sol** o a temperaturas extremas.
- **Mantén buena ventilación** en el lugar donde estés.

## MEDICAMENTOS

- **Continúa con los antibióticos** prescritos (por ejemplo, doxiciclina o penicilina, según fórmula médica).
- **Cumple el tratamiento completo**, incluso si ya te sientes mejor.
- **Si presentas alergia, náuseas o efectos secundarios, consulta inmediatamente.**
- **NO tomes medicamentos no indicados** por el equipo médico (automedicación prohibida).

## HIDRATACIÓN

- **Bebe líquidos constantemente:** suero oral, agua potable o caldos suaves.
- **Mantente hidratado** incluso si no tienes sed.
- **Alerta: orina muy oscura**, escasa o boca seca son señales de deshidratación.

## ALIMENTACIÓN

- **Prefiere alimentos cocidos**, bajos en grasa y fáciles de digerir: arroz, papa, plátano cocido, sopas claras.
- **Proteínas suaves** como pollo, pescado o huevo.
- **Verduras cocidas:** calabacín, zanahoria, espinaca, habichuela.
- **Frutas blandas:** papaya, banano, manzana cocida.
- **Evita grasas, picantes**, alimentos crudos, bebidas energéticas, alcohol y suplementos naturistas.

## PREVENCIÓN DE NUEVOS CASOS

- **La leptospirosis se transmite por contacto con orina de animales infectados (ratas, cerdos, vacas).**
- **Usa botas** si vas a caminar por zonas húmedas o inundadas.
- **Evita nadar en ríos o lagunas contaminadas.**
- **Lava bien frutas y verduras** antes de comerlas.
- **Almacena agua** en recipientes limpios y tapados.

