¿Qué es una sepsis?

La sepsis es una afección potencialmente mortal. Normalmente, nuestro sistema inmunológico combate las infecciones pero a veces el sistema inmune actúa de forma más agresiva de lo necesario contra una infección, atacando a los órganos y tejidos de nuestro propio cuerpo.
Si, además, se produce una hipotensión arterial, es decir, una caída importante de la tensión, estamos ante un shock séptico, el tipo de sepsis más grave.

Ya que la sepsis no es una enfermedad en sí, sino una serie de complicaciones derivadas de una infección no existe un único medicamento contra la sepsis. El tratamiento consiste en la administración de antibióticos adecuados y líquidos intravenosos y, si se conoce, un control de la causa de la infección. Para poder monitorizar de cerca las funciones vitales y vigilar los órganos afectados, un ingreso en la unidad de cuidados intensivos (UCI) puede ser necesario.

La vida después

Es importante saber que la recuperación de una sepsis es un camino largo y puede llevar meses o incluso años. Con el tiempo, la mayoría de los pacientes que sobreviven a una sepsis se recuperarán por completo. Sin embargo, otros pueden tener consecuencias y secuelas graves y duraderas. Uno de los efectos únicos y a largo plazo es el síndrome postsepsis (PSS).
Este puede tener formas muy diversas e incluso aparecer años después.

Busca apoyo de tu médico para la recuperación

Secuelas Físicas

La sepsis puede causar problemas físicos que dificultan las actividades diarias. Dependiendo de la dolencia estos pueden ser temporales o de por vida.

Los coágulos sanguíneos y la mala circulación de la sangre durante la sepsis pueden provocar que los tejidos del cuerpo se vean afectados o mueran haciendo que en algunos casos sea necesaria la amputación de dedos o extremidades.
Asimismo, los pulmones pueden sufrir daños que generen problemas respiratorios. Otros órganos, como los riñones o el hígado, también pueden verse afectados.
Además, por razones desconocidas, las personas que han sufrido una sepsis tienen un mayor riesgo de sufrir otra infección grave o incluso otra sepsis.

Algunos de los problemas físicos que puede provocar una sepsis son:

- Incapacidad o dificultad para caminar
- Dolores crónicos o pérdida de sensibilidad (en manos y pies)
- Problemas para tragar, comer y beber
- Pérdida de pelo, uñas y piel (en las semanas posteriores del alta hospitalaria).



Deterioro Cognitivo

Además de causar problemas en el cuerpo, la sepsis también puede provocar daños en el cerebro y los nervios. En la mayoría de los casos este daño no es detectable ni con TAC ni con resonancia magnética pero puede manifestarse en diferentes síntomas.
Muchas de las personas que han sufrido una sepsis sufren fatiga y cansancio, problemas de concentración, dificultad en la multitarea o problemas de memoria.
Otros problemas son dolores de cabeza, mareos y falta de equilibrio, trastornos del sueño y problemas en la coordinación de movimientos. Así como problemas en la visión y en el habla, como confundir palabras y dificultad para escribir.

Efectos Psicológicos

La experiencia de pasar por una sepsis puede ser traumática. El hecho de enfermar de repente, la estancia en la unidad de cuidados intensivos (UCI) y enfrentarse a la muerte deja una huella en el estado emocional y psicológico del paciente.

Muchos supervivientes sienten que ya no son los mismos de siempre y notan que muchas cosas no son tan fáciles de hacer como antes, lo que les puede generar frustración, enfado o tristeza.
La experiencia de pasar por una enfermedad grave puede causar pesadillas, trastornos del sueño o rememorar momentos de la estancia hospitalaria una y otra vez (flashbacks). Muy a menudo, los pacientes de una sepsis sufren ansiedad, depresión o síntomas del trastorno del estrés postraumático (TEPT).

Una Sepsis deja su huella

Consecuencias Sociales

La combinación de las secuelas físicas, cognitivas y psicológicas producen cambios en la vida del paciente, especialmente al principio. En muchas ocasiones, también conllevan una baja laboral por un largo periodo de tiempo.

Para las personas que no lo han vivido es complicado comprender bien a un superviviente de una sepsis. La sociedad suele asumir que después del alta hospitalaria la persona ya se encuentra recuperada y capaz de retomar su vida anterior. Debido al desconocimiento general de la sepsis y a que sus secuelas son, en su mayoría, invisibles puede parecer que la persona que ha sufrido una sepsis se encuentra en perfecto estado a su salida del hospital.

Sin embargo, la sepsis puede dejar secuelas como cambios de ánimo, falta de energía o libido, entre otras. El estado de humor y energía puede variar mucho de un día a otro, lo que puede ocasionar que las personas tras una sepsis se sientan incomprendidas. La sepsis no solo afecta al paciente sino también a su pareja, familiares, amigos y compañeros.



Habla sobre tu experiencia

Sepsis en España

En España, entre 50 000 y 75 000 personas sufren una sepsis cada año, de las cuales 17 000 no logran sobrevivir. En Europa, la sepsis es responsable de unos 3,4 millones de casos y casi 700 000 muertes al año.

Entre el 15-20 % de los pacientes de sepsis fallecen, ascendiendo al 25-45 % de los pacientes con un shock séptico. La sepsis es la causa de muerte número uno en las Unidades de Cuidados Intensivos españolas.

La mortalidad a causa de una sepsis aumenta un 8% por cada hora de retraso en el inicio del tratamiento adecuado. La sepsis es una de las patologías en donde el tiempo de reacción es más importante.

En colaboración con:

fundación CÓDIGOsepsis

Global Sepsis Alliance

Contacto

hola@sepsisinfo.es

Más información sobre la sepsis:

www.sepsisinfo.es

Una iniciativa de Sepsisinfo.es
con el apoyo de la Asociación StopSepsis.es

Sepsis y Shock Séptico

La recuperación de una sepsis no acaba con el alta hospitalaria

La sepsis afecta a todo el cuerpo por lo que su recuperación suele ser lenta y gradual, pudiendo tardar meses o incluso años.

En este folleto encontrarás las posibles secuelas, tanto a nivel físico, como cognitivo y psicológico.

