

¿QUÉ ES LA FIEBRE?

Guías anticipatorias

Silvia Echevarría López, Cristina Salas de Miguel

- Fiebre es la elevación de la temperatura corporal por encima de 38°C rectal (37.5°C axilar).
- No es una enfermedad. Es el mecanismo que tiene el cuerpo para activar al sistema inmunitario que lucha contra la infección. Por tanto, la fiebre en sí misma no es mala y se debe tratar únicamente cuando cause malestar.
- La fiebre hace que los niños se sientan molestos, irritables, menos activos, más dormidos o con menos apetito. También puede producir temblores (escalofríos) como mecanismo que tiene el organismo para regular la temperatura. No son convulsiones.
- La mayoría de los casos de fiebre son causados por virus y habitualmente duran entre 2 y 3 días aunque en algunos casos puede durar una semana o incluso más. Cuando la causa es una infección bacteriana, puede durar hasta que el niño sea tratado con antibióticos.
- Algunos niños predispuestos (4%) pueden tener convulsiones por fiebre. Tratarla precozmente no las evitaría.
- Se considera NORMAL una temperatura menor de 37,5 °C axilar..
- La cantidad de fiebre o cómo responde al antitérmico no son orientativas de la gravedad de la infección.

¿QUÉ HACER SI UN NIÑO TIENE FIEBRE?

Lo primero termométrela. No es suficiente notar al niño muy caliente.

- Desabrigar parcialmente al niño si la temperatura ambiente es agradable y no tiene temblores.
- Los baños para bajar la fiebre no son muy efectivos. Pueden usarse para ayudar a los antitérmicos siempre que se haga en agua templada (32-36°C) nunca se darán baños con agua fría ni frías de alcohol. Los paños húmedos no son efectivos.
- Ofrézcale líquidos de manera frecuente para que se mantenga hidratado.
- Recuerde que la fiebre es un síntoma y no la enfermedad. Se tratará solo cuando produzca malestar (suele ocurrir a partir de 38,5°C)
- **Sobre los termómetros...**
- Utilizar termómetros de aleación de galio o digital.
- En menores de 3 meses medirla preferiblemente a nivel rectal. Debe limpiar el termómetro antes y después de cada uso, lubricarlo con vaselina e introducir suavemente.
- La temperatura oral es la menos utilizada. No se debe tomar en menores de 4 años.
- Algunos termómetros digitales miden la temperatura a través de las ondas de calor infrarrojo procedente de los vasos sanguíneos o del tímpano. Los primeros se pueden usar a cualquier edad. Se coloca el termómetro en la frente con o sin contacto según el modelo. Los termómetros timpánicos no pueden ser utilizados en menores de 6 meses por la estrechez del conducto. Ambas lecturas se pueden ver afectadas si la temperatura ambiente es muy baja.
- **Sobre los antipiréticos:**
- Los fármacos habitualmente utilizados son el paracetamol y el ibuprofeno. El paracetamol se puede administrar cada 4 horas (en niño mayores de 6 meses) o cada 6 horas

(menores de 6 meses). El ibuprofeno en mayores de 6 meses puede usarse cada 6 u 8 horas. Consultar siempre las dosis adecuadas según el peso del niño.

- Los antitérmicos tardan en comenzar su acción entre 30 y 60 minutos, su pico de acción lo alcanzan a las 3 ó 4 horas y habitualmente no bajan más de 1-1,5°C por lo que la pretensión no es dejar totalmente afebril al niño sino mejorar su malestar.
- Es recomendable utilizar únicamente un solo antitérmico y no alternarlo siempre que sea posible. Mejor utilizar la vía oral frente a la rectal.
- Es imprescindible mantenerlos fuera del alcance de los niños, ya que la ingesta de una dosis elevada produce toxicidad.

¿CUÁNDO SE DEBE CONSULTAR AL PEDIATRA?

Lo más probable es que la enfermedad de su hijo no sea grave siempre que le siga interesando jugar, continúe bebiendo bien, esté alerta, no esté irritable y tenga la piel con buena coloración al igual que buen aspecto cuando baje la temperatura.

Debe consultar siempre en las siguientes ocasiones:

- Si el niño tiene menos de 3 meses de edad.
- Si el niño está muy adormilado, decaído o irritable.
- Cuando presenta cefalea intensa y persistente que no se alivia con los analgésicos.
- Rigidez de cuello
- Las fontanelas de la cabeza de un lactante parecen sobresalir hacia afuera o están hundidas
- Vómitos repetidos.

- Si presenta manchas rojas que no se borran al estirar la piel de alrededor.
- Si presenta los labios, la lengua o las uñas azuladas
- Si ha tenido una convulsión.
- No orina o la orina es escasa.
- Si tiene dificultad para respirar (respira más rápido o agitado de lo habitual, se le marcan las costillas al respirar, se marca el esternón...)