

LA FIEBRE

El invierno y el frío está en su pleno apogeo y la gripe a la orden del día. La mucosidad y la tos son síntomas diarios en nuestros hijos, pero lo que más nos preocupa es la fiebre, siendo el principal motivo de consulta en el servicio de urgencias de pediatría (Asociación Española de Pediatría (AEP)).

¿POR QUÉ SE PRODUCE LA FIEBRE?

La fiebre es un mecanismo de defensa del organismo contra las infecciones, **NO ES UNA ENFERMEDAD.**



Cuando un germen nos ataca, el hipotálamo, encargado de regular la temperatura corporal, aumenta nuestro calor por encima de sus niveles normales, que rondan los 36.5°C – 37.5°C en función de la persona.

Hay muchas razones por las cuales un niño puede sufrir fiebre. Las más comunes son las infecciones víricas, agudas y benignas, como las respiratorias, las gastrointestinales que cursan con vómitos, diarrea y dolor abdominal; o las urinarias, con vómitos y rechazo de alimentos. La vacunación reciente, la aparición de los primeros dientes o el exceso de abrigo también pueden elevar la temperatura.

¿CUÁNDO PODEMOS HABLAR DE FIEBRE?

La fiebre se debe medir con un termómetro homologado y no con el tacto. Puede tomarse la temperatura de forma oral, axilar, rectal y timpánica.

Lugar de medición	Valores normales	Fiebre
Rectal	36.6-38.0	>38.5
Oral	36.0-38.0	>38.5
Axilar	35.7-37.5	>38.0
Timpánica	35.7-37.5	>38.0

¿QUÉ HACER SI SU HIJO TIENE FIEBRE?

Es preferible que se quede en casa descansando mientras dure el proceso febril.

En los primeros días puede que el apetito este disminuido. Es conveniente beba muchos líquidos para que esté hidratado (agua, zumos, caldos, infusiones).

Cuando tiene fiebre por encima de 38,1°C lo más eficaz son los medicamentos antitérmicos y analgésicos habituales como el paracetamol.

Este tratamiento siempre se debe acompañar de medidas higiénico-dietéticas:

- * Hidratación abundante
- * No abrigar en exceso.
- * Ventilar la habitación
- * Aplicar paños húmedos templados o frescos, nunca fríos, en la frente.
- * Darles baños con agua templada durante 15-20 minutos, dejando que el agua se vaya enfriando poco a poco.



Es importante vigilar signos de empeoramiento clínico y **consultar con carácter urgente si el pequeño presenta:**

- * Aparición de manchitas en la piel, de color rojo oscuro o morado, que no desaparecen al estirar la piel de alrededor.
- * Decaimiento, irritabilidad o llanto excesivo.
- * Rigidez de cuello.
- * Convulsión o pérdida de conocimiento.
- * Dificultad para respirar (marca las costillas y hunde el esternón, se oyen silbidos cuando respira, respiración muy rápida y agitada, etc.).
- * Vómitos y/o diarrea persistentes o muy abundantes que causen deshidratación (lengua seca, ausencia de saliva, ojos hundidos, etc.).
- * Si no orina o la orina es escasa.



Departamento de Enfermería Escolar

Colegio Lope de Vega

