

¿Qué es la fiebre?



- La **temperatura normal** del cuerpo es de 36-37,5 °C.
- Un niño tiene **fiebre** si su temperatura corporal aumenta por encima de 38 °C tomada en la axila. **La febrícula** es de 37 a 38 °C.
La temperatura puede variar según la hora del día. Por la mañana suele ser más baja que por las tardes (hasta 1 °C de diferencia).
- Pueden influir otras circunstancias: ejercicio, comidas, agitación, temperatura ambiente, exceso de abrigo, estado de hidratación...
También influye la zona corporal donde se tome la temperatura (algo mayor en el recto).

¡La fiebre es la causa más frecuente de consulta al pediatra!

¿Cómo se debe tomar la temperatura?



- Para saber con seguridad si un niño tiene fiebre es necesario el uso de un **termómetro**, preferiblemente electrónico. Se puede colocar en la axila, las ingles, la boca o el recto (en los bebés).
- Las **tiras de medición de la temperatura cutánea** por aplicación en la frente no son muy exactas.
- Los **termómetros óticos** pueden no ser fiables si se utilizan mal.
- **La zona preferible a elegir será la axila en niños mayores y el recto en lactantes.** En el recto se mide la temperatura central del cuerpo y se altera menos por factores externos pero los niños mayores no lo toleran bien. Conviene ponerlos de tres a cinco minutos según la zona y el tipo de termómetro. Algunos más modernos son más rápidos y pitan.
- Ya no se venden los termómetros de mercurio por riesgo de toxicidad y de contaminación ambiental.

¿Qué hay que saber? Decálogo de la fiebre



- **La fiebre no es una enfermedad.** Es un mecanismo de defensa contra las infecciones.
- **Por sí misma no causa daño cerebral, alteraciones neurológicas, ni muerte.**
- Algunos niños pueden tener **convulsiones por fiebre (4%)**. Pero tratar la fiebre no evita estas convulsiones.
- **Hay que** tratar los niños con fiebre solo si tienen malestar general o dolor.

¿Qué hay que saber? Decálogo de la fiebre



- La **intensidad de la fiebre** no es sinónimo de gravedad.
- El **ibuprofeno** y el **paracetamol** tienen la misma eficacia. Es mejor **NO** combinarlos.
- **No abrigar ni desnudar demasiado** al niño con fiebre.
- **No hacer friegas de alcohol o poner paños de agua fría.**
- Hay que **dar líquidos con frecuencia** (zumos de frutas, batidos, agua, etc.).

Si fiebre, ¿qué debemos observar?



- Se deben vigilar los **signos de empeoramiento clínico**:

- Manchas en la piel, de color rojo oscuro o moradas, que no desaparecen al estirar la piel de alrededor.
- Decaimiento, irritabilidad.
- Rigidez de cuello.
- Convulsión o pérdida de conocimiento o excesiva somnolencia.
- Dificultad para respirar.
- Vómitos y/o diarrea persistentes.
- Signos de deshidratación (lengua seca, ausencia de saliva, ojos hundidos, etc.).
- Si no orina o la orina es escasa.

La fiebre suele ser un síntoma de infección. Por ello el niño no debe ir al colegio hasta que esté mejor.

A la fiebre hay que tenerle respeto pero no temor

¿Cómo hay que actuar?



Para que el riesgo de toxicidad por antitérmicos sea menor:

- **No tratar** fiebres leves (menos de 38 °C).
- No pasar la **dosis máxima recomendada**.
- **El ibuprofeno no** se debe dar a niños **menores de seis meses**.
- **Cuidado en niños enfermos con ayuno y vómitos (paracetamol) y deshidratación (ibuprofeno)**.
- **No usar de forma prolongada o repetida** si son síntomas leves.
- **No usar a la vez más de un fármaco** para tratar el mismo síntoma.
- Es preferible **NO alternar antitérmicos**.

Actuación ante un niño con fiebre



Cuando un niño presente uno de estos **síntomas**: cefalea, vómitos, dolor muscular generalizado, malestar general, dolor ocular, escalofríos... → **Mirar la temperatura**

Si hay signos de empeoramiento acudir al **Centro Sanitario**

Si la temperatura es mayor de 38 °C y hay malestar general o el niño tiene una enfermedad de base → **Administrar antitérmico**

Si la temperatura es menor de 38 °C y no hay alteración del estado general → **Vigilar síntomas de empeoramiento**

¿Cómo calcular el antitérmico?



Dosis de antitérmicos:

- **Ibuprofeno**: 20-30 mg/kg/día; 5-10 mg/kg cada 6-8 horas. La dosis total al día no debe superar 30 mg/kg/día.
- **Paracetamol**: 10-15 mg/kg/dosis cada 6-8 horas. Se puede dar cada 4 horas si es preciso. La dosis total al día no debe superar 60 mg/kg/día.
- **Metamizol**: 10-12 mg/kg cada 6-8 horas.

¿Cómo se calcula la dosis?

• **Paracetamol**:

Paracetamol 10-15 mg/kg/dosis, vía oral o rectal, cada 4-6 horas.

Paracetamol gotas 100 mg/ml. $\text{Peso} \times 0,15 = \text{ml por toma}$.

• **Ibuprofeno**:

Ibuprofeno 100 mg/5 ml. $\text{Peso} \div 3 = \text{ml en cada toma}$.

Ibuprofeno 200 mg/5 ml. $\text{Peso} \div 6 = \text{ml en cada toma}$.

Recursos para Padres

- **Antitérmicos (para la fiebre):**

<http://www.familiaysalud.es/medicinas/farmacos/antitermicos-para-la-fiebre>

- **Antitérmicos:**

<http://pediamecum.es/tag/antitermicos/>

- **Decálogo de la fiebre:**

https://www.aepap.org/sites/default/files/documento/archivos-adjuntos/decalogo_fiebre.pdf

- **Fiebre:** <http://www.familiaysalud.es/sintomas-y-enfermedades/infecciones/fiebre/fiebre>