

## Consejos para tratar la fiebre en niños

### ¿QUÉ ES LA FIEBRE?

La fiebre consiste en la elevación de la temperatura normal del cuerpo: más de 38° C si se mide en el recto o más de 37,5° C si se mide en la axila.

La causa más frecuente en los niños es una infección vírica.

### ¿QUÉ DEBE HACER EN CASA?

- No decida que su hijo tiene fiebre poniéndole la mano sobre la frente, use el termómetro.
- No es necesario bajar la fiebre en todas las circunstancias, sólo si el niño está molesto. Esto ocurre, generalmente, a partir de 38-38,5°C.
- Mantenga una temperatura ambiental agradable. No ponga mucha ropa al niño.
- Ofrezcale abundantes líquidos, sin forzarle.
- Utilice las dosis de antitérmicos recomendadas por su pediatra respetando los intervalos entre tomas aunque la fiebre reaparezca antes. Siempre que sea posible adminístrelos por la boca, no por vía rectal.
- No se debe alternar medicamentos para tratar la fiebre, como norma general.
- Los baños con agua templada disminuyen poco la fiebre. Puede usarlos para ayudar a los antitérmicos. No utilice compresas de alcohol, ni de agua fría.

### CUESTIONES IMPORTANTES

- Algunas personas piensan que la fiebre es siempre mala y que puede provocar lesiones importantes. ¡Esto no es verdad! Cuando tenemos una infección, el cuerpo produce más calor (fiebre) para que nuestras defensas luchan contra ella.
- No debe preocuparse, la fiebre en sí no produce daños si no es  $\geq 42^{\circ}\text{C}$
- Los antitérmicos no curan la infección, sólo ayudan a que el niño se sienta mejor.
- Puede suceder que la causa de la fiebre no se sepa hasta pasadas 24-48 horas del inicio de la misma.

### ¿CUÁNDO DEBE ACUDIR A UN SERVICIO DE URGENCIAS?

- Si el niño tiene menos de 3 meses de edad.
- Si su hijo está adormilado, decaído o, por el contrario, muy irritable.
- Si ha tenido por primera vez una convulsión.
- Si se queja de dolor de cabeza intenso y vomita varias veces.
- Si el niño respira con dificultad.
- Cuando aparecen manchas rojas en la piel que no desaparecen al presionar.



*Para detectar rápidamente los síntomas, hay que observar al niño incluso durante la noche. Para ello es necesario tenerlo con poca ropa, con lo que además conseguimos que le baje la temperatura.*

*A pesar de que no presente signos de alarma, es conveniente un seguimiento de la fiebre por su pediatra habitual, que verificará la buena evolución del niño y que además puede detectar algún foco que inicialmente no se haya manifestado por la corta evolución de cuadro.*



## Consells per tractar la febre en nens

### QUÈ ÉS LA FEBRE?

La febre consisteix en l'elevació de la temperatura normal del cos: més de 38º C si es mesura en el recte o més de 37,5º C si es mesura en l'aixel·la.

La causa més freqüent en els nens és una infecció vírica.

### QUÈ HA DE FER A CASA?

- No decideixi que el seu fill té febre posant-li la mà sobre el front, utilitzeu el **termòmetre**.
- No cal baixar la febre en totes les circumstàncies, només si el nen està molest. Això passa, generalment, a partir de 38-38,5ºC.
- Mantingueu una temperatura ambiental agradable. No poseu molta roba a l'infant.
- Ofereix-li **abundants líquids**, sense forçar-lo.
- Utilitzeu les **dosis d'antitèrmics recomanades pel seu pediatre** respectant els intervals entre preses encara que la febre reaparegui abans. Sempre que sigui possible s'han d'administrar per boca, no per via rectal.
- No s'ha de alternar medicaments per tractar la febre, com a norma general.
- Els banys amb aigua tèbia disminueixen poc la febre. Poden ser d'utilitat per ajudar els antitèrmics. No utilitzeu compreses d'alcohol, ni d'aigua freda.

### QÜESTIONS IMPORTANTS

- Algunes persones pensen que la febre és sempre nociva i pot ocasionar lesions importants. Això no és cert. Quan tenim una infecció el cos produeix més calor (febre) per tal que les nostres defenses lluitin contra ella.
- No s'ha de preocupar, la febre en si no produeix danys si no és  $\geq 42^\circ\text{C}$
- Els antitèrmics no curen la infecció, només ajuden a que el nen se senti millor
- És habitual que la causa de la febre no se sàpiga fins passades 24-48 hores del seu inici.

### QUAN HA D' ANAR A UN SERVEI D'URGÈNCIES?

- Si el nen és menor de 3 mesos d'edat.
- Si el seu fill està endormiscat, decaigut o, per contra, molt irritable.
- Si ha patit per primera vegada una convulsió.
- Si es queixa de mal de cap intens i vomita diverses vegades.
- Si el nen respira amb dificultat.
- Quan apareixen taques vermelles a la pell que no desapareixen al pressionar.



*Per detectar ràpidament els símptomes, cal observar a l'infant fins i tot durant la nit. Per a això cal tenir-ho amb poca roba, de manera que a més afavorim que li baixi la temperatura.*

*Tot i que no presenti signes d'alarma, és convenient un seguiment de la febre pel seu pediatre habitual, que verificarà la bona evolució de l'infant i que a més pot detectar algun focus que inicialment no s'hagi manifestat per la curta evolució de quadre.*

