

## **FIEBRE**

### **¿Qué es la fiebre?**

La temperatura normal del cuerpo varía algo de unas personas a otras y también a lo largo del día (por la noche "nos enfriamos"), pero como norma general se considera fiebre cuando la temperatura en la axila alcanza los 37,5° C o bien 38° si se toma en el recto.

La fiebre es una reacción normal del cuerpo, generalmente provocada por una infección causada por virus o bacterias. Debe entenderse como una respuesta del cuerpo para combatir la infección y activar las defensas del organismo.

No es la fiebre la que causa el daño, sino la enfermedad por la que se tiene fiebre. La fiebre no "da" meningitis sino al contrario: es la meningitis la que provoca fiebre.

### **¿Qué puedo hacer para detectarla?**

Además de la sensación de temperatura elevada al tocar al niño, hay algunos signos que pueden ayudarnos a detectar la fiebre, como son el enrojecimiento de las mejillas, cierto brillo en los ojos, una inactividad inusual, sensación de frío y escalofríos, taquicardia y aumento de la frecuencia de la respiración e incluso el exagerado descenso de los testículos dentro del escroto, en los varones. Pero sólo en la mitad de los casos en que sospeche que su hijo tiene fiebre, realmente la tendrá. Por eso, lo primero que debe hacer es comprobarlo con un termómetro, da igual de qué tipo sea, lo único importante es saber cómo manejarlo.

### **¿Cómo se trata?**

- Lo primero es permitir que el cuerpo pierda el calor sobrante desabrigando al niño. No dude en dejarlo vestido sólo con una camiseta.
- El baño con agua templada también es eficaz para bajar la temperatura corporal. No es necesario enfriarla porque, además de resultar desagradable para su hijo, podría ponerse a temblar, recuperando de nuevo el calor perdido. Lo ideal es que el niño permanezca tranquilo unos minutos "a remojo" y, como es lógico, vigilado por una persona mayor. No son recomendables las compresas con alcohol.
- Si la temperatura es elevada o el niño está incómodo, puede entonces administrarle algún medicamento para bajarla (antitérmicos). Los más empleados son el paracetamol y el ibuprofeno, preferiblemente en gotas o

jarabe si el niño es pequeño y siguiendo la dosificación y las normas que se aconsejan en el folleto del producto. Los medicamentos antitérmicos sólo bajan la temperatura corporal cuando ésta se encuentra elevada y como promedio la disminuyen alrededor de un grado, al cabo de una hora de su administración. No es conveniente usar rutinariamente dos antitérmicos de forma simultánea o alternativa. Si el niño está contento, juega y no parece afectado, serán innecesarios los medicamentos antitérmicos aunque tenga fiebre, ya que tratándola no le curamos nada, pues sólo intentamos conseguir que se encuentre menos molesto. Últimamente no se aconseja el uso de ácido acetilsalicílico (Aspirina®) para el tratamiento de la fiebre en niños pequeños, por su asociación con una rara pero grave complicación, especialmente en la varicela y la gripe, llamada Síndrome de Reye.

- Es recomendable ofrecerle líquidos con frecuencia, para recuperar las pérdidas por el exceso de temperatura y prevenir así la deshidratación.

### **¿Cuándo debo consultar al pediatra?**

Teniendo de antemano muy en cuenta que estas recomendaciones son una generalización y por lo tanto no pueden sustituir a la valoración individual de cada caso, le aconsejamos que consulte a su pediatra si:

- la fiebre dura más de 48 horas.
- la temperatura alcanza los 40°.
- el niño está muy irritable o adormilado.
- el niño tiene mal aspecto general o dificultad para respirar.
- si le aparece una erupción en la piel.
- si el niño tiene menos de 3 meses de edad, en cualquier caso, deber ser valorado por un profesional sanitario a la mayor brevedad.

En definitiva, respecto al momento más adecuado para consultar sobre la fiebre de su hijo a un pediatra, en la mayor parte de los casos el mejor consejero será su propio sentido común.

### **¿La fiebre de mi hijo se deberá a que le ha salido un diente?**

Los pediatras y los padres nunca se pondrán de acuerdo sobre lo de si la aparición de un diente da fiebre o no. Para los padres el bebé tiene fiebre debido a la erupción de la pieza dentaria, mientras que para el pediatra la causa más probable suele ser un misterioso virus que nadie puede ver. Aparte de la broma, sea cauteloso y consulte en caso de duda.