

RECOMENDACIONES PEDIÁTRICAS SOBRE LA FIEBRE

¿QUÉ ES LA FIEBRE?

La fiebre es una señal de enfermedad que puede indicar que algo le está ocurriendo al cuerpo. Es un mecanismo regulado por el sistema nervioso central, por medio del cual mejora el sistema de defensa del cuerpo y ayuda a combatir infecciones.

La fiebre puede ser causada por diferentes enfermedades, la causa más común son las infecciones y entre ellas, las virales son las más frecuentes. El motivo por el cual se debe tratar la fiebre es para que el niño sienta menos malestar.

¿CÚALES SON LOS SÍNTOMAS DE LA FIEBRE?

- Los síntomas de la fiebre dependen de la causa. Inicialmente la fiebre puede causar escalofrío, mientras se eleva la temperatura.
- El estremecimiento del escalofrío produce calor y finalmente el paciente se siente cálido y empieza a sudar.
- La fiebre produce además malestar general, falta de apetito, irritabilidad, sin que esto represente, per se, algún tipo de daño neurológico.

¿CÚAL ES LA CLASIFICACIÓN DE LA FIEBRE?

Toma de la temperatura oral, axilar ó rectal

- Fiebre baja: 37.8-39 grados C
- Fiebre moderada 39-40 grados C
- Fiebre alta 40 grados C, causa malestar, pero es inofensiva
- Fiebre alta mayor de 40.6 grados C, riesgo mayor de que haya infección bacteriana.
- Fiebre grave- Hipertermia: 42 grados C, la fiebre en sí es perjudicial porque es una temperatura no regulada por el sistema nervioso central

¿CUÁLES SON LAS RECOMENDACIONES GENERALES?

- Generalmente la fiebre leve o moderada no tiene efectos a largo plazo y con frecuencia no requiere tratamiento.
- Vista al niño con ropa fresca.
- Dele bastantes bebidas frías
- Le puede dar acetaminofén cada 4 horas o ibuprofeno cada 8 horas a dosis recomendada por el médico. **NO LE DE ASPIRINA.**
- Los medicamentos en gotas vienen más concentrados que el jarabe o la suspensión, debe asegurarse de la dosis adecuada que corresponde al peso del niño. No aumente la dosis y no cambie la frecuencia de administración del medicamento.
- Puede darle un baño prolongado con agua tibia a su hijo, preferiblemente después de administrar el medicamento. **NO LO BAÑE CON AGUA FRÍA, NO LE APLIQUE NI LO BAÑE CON ALCOHOL.**

¿CUÁLES SON LOS SIGNOS DE ALARMA?

- Tenga compromiso del estado general
- Tenga dificultad para respirar
- Tenga fiebre que dure más de 3 días.
- Esté marcadamente inactivo, somnoliento o irritable.
- Si tiene dolor de cabeza severo, dolor en el cuello o rigidez de nuca
- Presente dolor abdominal severo, vómito o diarrea persistente o severo con y/o signos de deshidratación

¿CUÁLES SON LOS MITOS Y REALIDADES DE LA FIEBRE?

Con frecuencia las personas tienen una idea equivocada de la fiebre y de los riesgos que ésta conlleva; los temores injustificados sobre los efectos secundarios dañinos de la fiebre hacen que muchos niños pierdan el sueño y sufran estrés innecesario.

- *MITO: Todas las fiebres son malas para los niños*
REALIDAD: La fiebre activa el sistema inmunológico de defensa del cuerpo. En la mayoría de los casos no es malo que el niño tenga fiebre. Excepto en bebés menores de 3 meses, quienes deben ser atendidos por un médico de inmediato.
- *MITO: La fiebre provoca daño cerebral o la fiebre mayor de 40° es peligrosa.*
REALIDAD: La fiebre con infecciones no provoca daños cerebrales. Solamente las temperaturas mayores a 42° pueden causar daños en el cerebro. Pero es muy raro que la temperatura corporal suba a este nivel.
- *MITO: Cualquier persona puede tener convulsión febril.*
REALIDAD: Solo el 4% de los niños padece convulsiones febriles; estas se presentan en niños susceptibles y habitualmente a temperaturas bajas y solamente ocurren en niños entre 3 meses y 5 años.
- *MITO: Las convulsiones febriles son dañinas*
REALIDAD: Las convulsiones asociadas a la fiebre no dejan secuelas neurológicas. Los niños que han padecido convulsiones febriles, NO tienen riesgo mayor de tener retrasos en el desarrollo ni problemas de aprendizaje, ni convulsiones no asociadas a la fiebre. No existe relación directa entre el nivel de la temperatura y la presencia de convulsión.
- *MITO: Todas las fiebres deben tratarse con medicamentos.*
REALIDAD: Solamente debe darse tratamiento a la fiebre que provoca malestar. Generalmente las temperaturas mayores a 39 grados requieren tratamiento por el malestar que producen.
- *MITO: Si no se administra tratamiento la fiebre seguirá subiendo.*
REALIDAD: Las fiebres secundarias a infecciones no sobrepasan los 40°, sin embargo, en casos raros puede aumentar hasta 41.1°.

- *MITO: Con tratamiento, la fiebre bajará a temperatura normal.*
REALIDAD: Posterior a recibir el medicamento para la fiebre, la temperatura baja 1.1 a 1.7 grados centígrados. Muchas veces no alcanza el valor normal de temperatura.
- *MITO: Si la fiebre no cede es porque se deba a algo grave.*
REALIDAD: La fiebre que no responde a medicamentos antifebriles puede deberse a un virus o a una bacteria. El hecho de que el medicamento no surta efecto no tiene que ver con la gravedad de la infección.
- *MITO: Si la fiebre es alta esto se debe a algo grave.*
REALIDAD: Cuando la fiebre es alta, esto puede o no deberse a algo grave. Si el niño luce muy comprometido entonces es más probable que se deba a algo grave.
- *MITO: Es muy importante el número exacto de la temperatura.*
REALIDAD: Lo importante es el aspecto del niño, no la temperatura exacta.
- *MITO: Las temperaturas entre 37.1° y 37.8°, son fiebres bajas.*
REALIDAD: Estas temperaturas son variaciones normales de la temperatura corporal, fiebre es temperatura superior a 38 grados.
- *MITO: Si tiene resfriado coma mucho, si tiene fiebre ayune.*
REALIDAD: No haga caso, la fiebre hace que el cuerpo pierda mucho líquido por la respiración y el sudor. Los niños con fiebre necesitan tomar mucho líquido. Los niños con fiebre tienen poco apetito, ofrézcale la comida que desee.