

## EL NIÑO CON FIEBRE

Hojas de Información Sanitaria (HIS)

La fiebre es el aumento de la temperatura corporal y normalmente, cuando un niño tiene fiebre suele ser porque seguramente tiene una infección —porque la fiebre, entre otras cosas, es un mecanismo de defensa contra las infecciones—. Este síntoma suele preocupar a los padres, porque creen que es peligroso, pero en realidad la fiebre en sí pocas veces es perjudicial. Normalmente es la consecuencia de algo que el médico deberá descubrir. Suele aparecer muy a menudo en las enfermedades infantiles.

### LA TEMPERATURA CORPORAL

La temperatura corporal normal es la expresión de la energía en forma de calor que produce el organismo. Este factor puede variar de una persona a otra y oscilar según el momento en que se tome: suele ser más alta después del ejercicio físico, si hace mucho calor, después de comer o al anochecer. También es diferente según el lugar en que se mida, pues el cuerpo está más fresco en la superficie que en su interior.

El cuerpo humano dispone de los medios adecuados para mantener su temperatura estable dentro de unos límites bastante precisos. Podemos perder calor aumentando la circulación sanguínea en la piel, o también sudando. También podemos aumentarlo mediante los escalofríos o reducir su pérdida reduciendo a su vez la cantidad de sangre que circula por la piel. La cuestión es que la fiebre es una respuesta biológica a unas determinadas condiciones. La cantidad de fiebre no está siempre relacionada con la gravedad de la enfermedad —salvo en el lactante pequeño— y tampoco produce efectos nocivos. Es más, las temperaturas menores de 39.5° son muy bien toleradas por el niño y hasta le benefician, porque estimulan las defensas ante una infección y crean un ambiente hostil para los microbios. No siempre es imprescindible intentar bajarla a toda costa.

### LAS CONVULSIONES FEBRILES

Un bajo porcentaje de niños —alrededor del 3%— puede tener convulsiones febriles producidas por el aumento brusco de la temperatura. Estas convulsiones asustan mucho a los padres, pero tienen características benignas, no dejan lesiones cerebrales y no requieren tratamientos posteriores. De todos modos, lleve al niño a urgencias inmediatamente si tiene convulsiones febriles.

### CÓMO TOMAR LA TEMPERATURA CORRECTAMENTE

Actualmente la medición de la temperatura se puede realizar con diferentes tipos de termómetros. Los de mercurio se han retirado del mercado por ser contaminantes. Los digitales son más precisos, no se rompen y se pueden utilizar tanto en la axila como en el recto. Los óticos son muy exactos y rápidos, y se pueden utilizar con el niño dormido, pero tienen algunos inconvenientes, como que no se pueden usar en lactantes pequeños (menores de 6 meses) por presentar un conducto auditivo corto, y hay que colocarlos muy bien para que registren el tímpano y pueden dar lecturas erróneas en caso de cera u otitis. Hay otros sistemas que no son tan aconsejables, como el termómetro-chupete, las tiras en la piel, etc.

Por tanto, la medición más fiable en los niños pequeños (recién nacidos y lactantes pequeños) será la medición de la temperatura rectal, es decir, poniéndoles el termómetro en el recto. Si quiere, puede lubricar un poco el termómetro con aceite o vaselina. Entonces póngale boca arriba, levántele las piernas y cójale los pies para que no las baje. Con cuidado y sin forzar, introdúzcalo 2-3 cm. en el recto. Cíérrele las nalgas con la otra mano y manténgalo así durante 1-3 min. (Si tiene diarrea, no le tome la temperatura rectal, utilice otros sistemas. Desinfecte bien el termómetro con alcohol después de haberlo usado por vía rectal.) Luego sáquelo e interprete la temperatura de la siguiente forma:

- **Normal:** hasta 37,6 rectal
- **Febrícula / 'décimas':** 37,6 - 38 rectal
- **Fiebre:** más de 38 rectal

- **Fiebre alta:** 39 o más

## ACTUACIÓN FRENTE A LA FIEBRE

El niño con fiebre suele estar decaído, irritable y no tiene hambre. También tendrá frío, a pesar de la elevada temperatura y puede llegar a tener las manos o los pies fríos y de un color azulado, debido a que la circulación de la sangre ha disminuido para retener el calor. Normalmente no sudan —sobre todos los niños pequeños—, pero tienen escalofríos durante los momentos de bajada o subida brusca de temperatura. Para desterrar falsas creencias de paso, diremos que la erupción dentaria no da fiebre y que la fiebre alta no puede provocar una Meningitis.

### Recomendamos

- Mantenerlo en un ambiente fresco (+/- 20°), que lleve poca ropa y apartarlo de estufas y radiadores. Cuanta más fiebre tenga, más destapado debe estar.
- Irle ofreciendo agua, zumos de fruta azucarados o leche a menudo, pero no forzarlo a comer ni a beber si no quiere.
- Si la fiebre no le causa ningún trastorno y se encuentra bien, no es necesario darle antitérmicos.
- **Para la fiebre alta:** Si tiene fiebre alta y/o está muy incómodo, déle algún antitérmico (ver más adelante). Si supera los 40°, puede seguir las siguientes recomendaciones.
  - Baño con esponja: Fregarle la cabeza y el cuerpo con una esponja empapada en agua templada. Repetirlo según se vaya evaporando el agua hasta conseguir que la temperatura descienda un grado.
  - Baño en agua: Preparar la bañera o un barreño con unos 10-15 cm. de agua a una temperatura de unos 29-32°. Poner al niño dentro e irlo mojando con la esponja durante unos 15-20 min. —cambiar el agua cuando esté demasiado fría.
- Controlarle la temperatura 3-4 veces al día, pero no despertarle para ello si duerme tranquilamente o parece relajado.
- No es necesario el reposo en cama si el niño se encuentra bien, aunque tenga fiebre. Puede jugar con normalidad, pero mejor que no haga ejercicio físico para que no le suba la temperatura.

### No es conveniente

- Envolverlo en toallas frías ni bañarlo en agua fría.
- Hacerle friegas con alcohol o colonia, porque pueden provocarle una intoxicación etílica por inhalación y absorción por la piel.
- Forzarlo a comer o beber.
- Darle antibióticos sin consultar con el pediatra.
- Abrigarlo mucho, aunque esté resfriado.
- Tomarle continuamente la temperatura.

## CUÁNDO LLEVAR AL NIÑO AL MÉDICO

### Requiere atención inmediata (ir a urgencias) si

- Tiene mal aspecto en general y le ha salido una erupción de puntitos de color rojo oscuro o sangrante en la piel que no desaparece al apretarla —también pueden ser más grandes y morados, porque se extiende—.
- Ha tenido su primera convulsión por la fiebre.
- Tiene una somnolencia excesiva, no se sostiene en pie, vomita exageradamente y le duele mucho la cabeza y/o rigidez de la nuca cuando intenta doblar el cuello.

- Es un lactante y tiene un llanto débil en forma de gemido o bien es muy agudo y persistente, presentando además la piel pálida o amoratada, o gran postración.
- Le cuesta respirar o se queja continuamente.
- Es menor de 3 meses y su temperatura es superior a 39°.
- Tiene fiebre persistente de más de 39° y no ha descendido con tratamiento tras un lapso de tiempo de 6-12h.

**Requiere atención en horas de consulta (pedir visita) si**

- La fiebre persiste mas de 48 h. sin síntomas acompañantes orientativos de su causa.
- Tiene fiebre de más de 40° y es mayor de 3 años.
- La fiebre reaparece después de 24-48 horas.
- Tiene dolor o escozor al orinar.
- Tiene antecedentes de convulsiones febriles.

**MEDICAMENTOS ANTITÉRMICOS**

Estos medicamentos actúan sobre el centro regulador de la temperatura, situado en el cerebro, pero no intervienen en el curso natural de la enfermedad y por tanto, no la curan. Los más eficaces son el *Paracetamol* y el *Ibuprofeno*, y tienen un efecto similar. Ambos son analgésicos (disminuyen el dolor), aunque el Ibuprofeno tiene además efectos antiinflamatorios. Estos medicamentos deben administrarse previa consulta con el pediatra, que determinará la dosis adecuada y el tiempo que hay que mantenerlos.

**El Paracetamol**

Este medicamento se vende bajo nombres comerciales como APIRETAL®, GELOCATIL®, FEBRECTAL®. La dosis es de 0,15 ml por cada Kg. de peso, 4 veces al día por vía oral en forma de gotas o jarabe (evite darlo en supositorios). Tiene pocos efectos irritantes sobre el estómago, pero en dosis excesivas es un tóxico hepático. Por ello no debe darse simultáneamente por vía oral y rectal o repetir mas de 6 dosis al día aunque persista la fiebre. No está recomendado su uso en niños menores de 2 meses, ni más de 5 días seguidos.

$$\text{Peso} * 0,15 = \text{dosis total cada 4-6 horas}$$

**El Ibuprofeno**

Este medicamento se vende bajo nombres comerciales como DALSY®, APIROFENO®, JUNIFEN®, PIREXIN®, PAIDOFEBRIL®. La dosis es de 0,25 a 0,5 ml por cada Kg. de peso y dosis, cada 6 horas. Este medicamento puede irritar un poco el estómago. Consulte con el pediatra para más detalles.

$$\text{Peso} / 3 = \text{dosis total cada 6-8 horas}$$

**El Ácido Acetil salicílico**

**Más conocido como ASPIRINA®, este medicamento** tiene una buena actividad antitérmica, pero no debe utilizarse para este fin en niños, sobre todo cuando la causa de la fiebre es una infección vírica y muy especialmente si tiene Varicela, (pues se ha relacionado con la presentación de graves trastornos neurológicos y hepáticos denominados “Síndrome de Reye”).