

## EL NEN AMB FEBRE

Fulls d'Informació Sanitària (FIS)

La febre és l'augment de la temperatura corporal i normalment, quan un nen té febre sol ser perquè segurament té una infecció —perquè la febre, entre altres coses, és un mecanisme de defensa contra les infeccions—. Aquest símptoma sol amoïnar molt els pares, perquè creuen que és perillós, però en realitat la febre en sí poques vegades és perjudicial. Normalment, és la conseqüència d'alguna altra cosa que el metge haurà d'esbrinar. Sol aparèixer molt sovint a les malalties infantils.

### LA TEMPERATURA CORPORAL

La temperatura corporal normal és l'expressió de l'energia en forma de calor que produeix l'organisme. Aquest factor pot variar d'una persona a l'altra i oscil·lar segons el moment en què es prengui: sol ser més alta després de l'exercici físic, si fa molta calor, després de menjar o a la tarda a última hora. També canvia segons on es prengui perquè la superfície del cos està més fresca que l'interior.

El cos humà disposa dels mitjans adequats per mantenir estable la seva temperatura dins d'un marge bastant precís. Podem perdre calor augmentant la circulació sanguínia a la pell, per exemple, o també suant. També podem guanyar-ne provocant calfreds o reduir la seva pèrdua fent que circuli menys sang per la pell. La qüestió és que la febre és un mecanisme biològic de resposta a unes determinades condicions. La quantitat de febre, però, no està sempre relacionada amb la gravetat de la situació —menys en els lactants petits— i tampoc produeix efectes nocius. Es més, els nens toleren molt bé la febre de menys de 39.5° i fins i tot els beneficia perquè estimula les defenses davant d'una infecció i crea un ambient hostil pels microbis. No sempre és imprescindible fer-la baixar sigui com sigui.

### LES CONVULSIONS FEBRILS

Un baix percentatge de nens —al voltant del 3%— pot tenir convulsions febrils que són la manifestació visible d'una pujada de temperatura molt brusca. Aquestes convulsions espanten molt als pares, però tenen característiques benignes, no deixen lesions cerebrals ni tampoc requereixen tractaments posteriors. De tota manera, porteu el nen a urgències immediatament si fa convulsions febrils.

### COM PRENDRE LA TEMPERATURA CORRECTAMENT

Actualment, la medicació de la temperatura es pot realitzar amb diferents tipus de termòmetres. Els de mercuri s'han retirat del mercat per ser un element contaminant. Els digitals són precisos, no es trenquen i es poden col·locar tan a l'aixella com al recte. Els termòmetres òtics són molt exactes i ràpids, i es poden utilitzar amb el nen adormit, però tenen alguns inconvenients, com ara que no es poden utilitzar en lactants petits (menors de 6 mesos) per presentar un conducte auditiu curt i s'han de posar molt bé perquè enregistri el timpà i poden donar lectures errònies en cas de taps de cera u otitis. Hi ha altres sistemes que no són tan aconsellables, com ara el termòmetre-xumet, les tires a la pell, etc.

Per tant, la medicació més fiable en els petits (nadons i lactants petits) serà la medicació de la temperatura rectal, és a dir, posant-li el termòmetre al recte. Si voleu, abans podeu lubricar una mica el termòmetre amb oli o vaselina. Llavors, tombeu-lo boca amunt, aixequiu-li les cames agafant-li els peus perquè no les baixi. Amb compte i sense forçar, introduïu-li uns 2 ó 3 centímetres. Tanqueu-li les natges amb l'altra mà i mireu d'aguantar-lo així durant 1-3 minuts. (Si el nen té diarrea, no li prengueu la temperatura rectal, utilitzeu altres sistemes. Desinfecteu el termòmetre amb alcohol després d'haver-lo fet servir per via rectal.) Després, traieu-lo i llegiu-lo interpretant la temperatura de la següent manera.

- **Normal:** Fins a 37.6° rectal.
- **Febrícula / "dècimes":** 37.6° i 38° rectal.
- **Febre:** més de 38° rectal.
- **Febre alta:** 39° o més.

## ACTUACIÓ DAVANT LA FEBRE

Un nen amb febre normalment està ensopit, irritable i no té gana. També tindrà fred tot i l'elevada temperatura i pot arribar a tenir les mans o els peus freds i d'un color blavós degut a que la circulació de la sang ha disminuït per retenir escalfor. Normalment, no suen —sobre tot els nens petits—, però tenen calfreds durant els moments de pujada o baixada brusca de la temperatura. Per desterrar creences falses de passada, direm que l'erupció dentària no dona febre i que la febre alta no pot provocar una Meningitis.

### Recomanem

- Mantenir-lo en un ambient fresc (+/- 20°), que porti poca roba i apartar-lo d'estufes i radiadors, perquè la calor ambiental pot fer pujar la temperatura corporal. Quanta més febre tingui, més destapat ha d'estar.
- Anar-li oferint aigua, suc de fruita amb sucre o llet bastant sovint, però no forçar-lo a menjar ni beure si no vol.
- Si la febre no li causa cap trastorn i té bon aspecte, no cal donar-li antitèrmics.
- **Per la febre alta:** Si té febre alta i/o està molt incòmode, doneu-li algun antitèrmic (veure més endavant). Si supera els 40°, podeu seguir les següents recomanacions:
  - **Bany amb esponja:** Fregar-li el cap i el cos amb una esponja amarada en aigua tèbia. Repetir segons l'aigua es vagi evaporant fins aconseguir que la temperatura baixi un grau.
  - **Bany en aigua:** Preparar la banyera o un gibrell amb uns 10-15 cm. d'aigua a una temperatura d'uns 29-32°. Posar el nen dins i anar-lo mullant amb l'esponja durant uns 15-20 minuts —canviar l'aigua quan s'hagi refredat massa.
- Mirar-li la temperatura 3-4 vegades al dia, però no despertar-lo per fer-ho si dorm tranquil·lament o sembla relaxat.
- No fa falta que s'estigui al llit si es troba bé encara que tingui febre. Pot jugar amb normalitat, però millor que no faci exercici físic perquè no li pugui la temperatura.

### No és convenient

- Embolicar-lo en tovalloles fredes ni banyar-lo en aigua freda.
- Fer-li fregues amb alcohol o colònia, perquè poden provocar-li una intoxicació etílica per inhalació i absorció per la pell.
- Forçar-lo a menjar o beure.
- Donar-li antibiòtics sense consultar amb el pediatre.
- Abrigar-lo molt, encara que estigui refredat.
- Prendre-li contínuament la temperatura.

## QUAN PORTAR EL NEN AL METGE

### Necessita atenció immediata (anar a urgències) si

- Té mal aspecte en general i li ha sortit una erupció de puntets vermell fosc o sagnant a la pell que no desapareix al apretar-la —també poden ser més grans i morats, perquè s'escampa—.
- Ha fet la seva primera convulsió febril.
- Si té massa somnolència, no s'aguanta dret, vomita exageradament i té molt mal de cap i/o rigidesa a la nuca quan prova de doblegar el coll.
- És un lactant i fa un plor dèbil que sona com un gemec agut i persistent, té la pell pàl·lida o morada i està molt postrat.
- Li costa respirar o es queixa contínuament.

- Té menys de 3 mesos i una temperatura de més de 39°
- Té febre persistent de més de 39° de febre que no ha baixat després de 6-12 hores de tractament.

**Necessita atenció en hores de consulta (demandar visita) si**

- Fa més de 48 hores que te febre i no té cap més símptoma.
- Té febre de més de 40° i és més gran de 3 anys.
- La febre reapareix després de 24-48 hores.
- Li fa mal o té coïssor al orinar.
- Té antecedents de convulsions febrils.

**MEDICAMENTS ANTITÈRMICS**

Aquests medicaments actuen sobre el centre regulador de la temperatura, que està situat al cervell, però no intervenen en el curs natural de la malaltia i, per tant, no la curen. Els més eficaços són el *Paracetamol* i l'*Ibuprofè*, que tenen un efecte similar. Tots dos són analgèsics, és a dir, disminueixen el malestar o dolor ocasionat per la febre, però l'*Ibuprofè* també té efectes antiinflamatoris. Aquests medicaments han d'administrar-se prèvia consulta amb el pediatre, que determinarà la dosi adequada i el temps que s'ha de mantenir.

**El Paracetamol**

Aquest medicament es ven sota noms comercials com APIRETAL®, GELOCATIL® o FEBRECTAL®. La dosi és de 0,15 ml per cada Kg. de pes, 4 vegades al dia i per via oral en forma de gotes o xarop (no faci servir supositoris). No irrita massa l'estómac, però a dosis altes és dolent pel fetge, per això no s'ha de donar mai per via oral i rectal al mateix temps o més de 6 vegades al dia encara que la febre no baixi. No en doni al seu fill si té menys de 3 mesos, ni durant més de 5 dies.

$$\text{Pes} * 0,15 = \text{total dosi cada 4-6 hores}$$

**L'Ibuprofè**

Aquest medicament es ven sota noms comercials com DALSY®, APIROFENO®, JUNIFEN®, PIREXIN® o PAIDOFEBRIL®. La dosi és de 0,25 a 0,5 ml per cada Kg. de pes, cada 6 hores. Aquest medicament pot irritar una mica l'estómac. Consulti amb el pediatre per més detalls.

$$\text{Pes} / 3 = \text{total dosi cada 6-8 hores}$$

**L'àcid acetil salicílic**

Més conegut com ASPIRINA®, aquest medicament té una bona activitat antitèrmica, però no es recomana per nens quan es tracta de baixar la febre, sobre tot quan es tracta d'una infecció vírica. Molt especialment, es desaconsella quan el nen té la Varicel·la, perquè s'ha relacionat amb l'aparició de greus trastorns neurològics i hepàtics coneguts amb el nom de Síndrome de Reye.