

# FIEBRE

## INFORMACIÓN PARA PADRES



### ¿QUÉ ES LA FIEBRE?

Es una elevación de la temperatura corporal por encima de 38°C. La fiebre es un síntoma que indica que nuestro organismo se está defendiendo de una agresión, generalmente infecciosa. La causa más frecuente son infecciones banales, sobre todo víricas.

Es un mecanismo de defensa y no sinónimo de gravedad.

### ¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS?

El principal síntoma que aparece con la fiebre es el malestar, aunque muchas veces los niños y niñas toleran mejor la fiebre que los adultos. Es también normal que tenga menos apetito, cansancio o dolor de cabeza.

Cuando la fiebre está subiendo es normal que el niño o niña tenga frío, incluso escalofríos y un color de la piel reticular (cutis marmorata) especialmente en manos y pies. Cuando la fiebre baja, en cambio, el niño o niña sudará, se pondrá rojo y tendrá calor.

### ¿QUÉ PODEMOS HACER EN CASA CUANDO TIENE FIEBRE?

- El objetivo fundamental en el tratamiento de la fiebre es conseguir el confort del niño o niña. Debemos tratar el malestar asociado a la fiebre, y



ESCALOFRÍOS



SUDORACIÓN

no la fiebre en sí misma (que únicamente refleja la activación de los mecanismos de defensa).

- Debe asegurarse que el niño o niña esté bien hidratado, en una habitación con temperatura neutra y ventilada, así como evitar sobreabrigar para favorecer la pérdida de calor.
- Disponemos de fármacos antitérmicos que disminuyen la temperatura y mejoran el estado general, pero no curan la infección, por lo que cuando pase su efecto la fiebre volverá a aparecer.
- Los más utilizados son el paracetamol y el ibuprofeno que se pueden dar a la dosis recomendada por su pediatra cada 6-8 horas. Ambos tienen una eficacia similar.
- No se recomienda alternar estos antitérmicos de forma sistemática cada 3-4 horas, salvo que el niño o niña presente malestar antes de las 6 horas o alguna enfermedad previa que lo justifique.
- No debe bañarlo en agua fría o colocarle paños húmedos ya que resultará desagradable y no es eficaz como medida antitérmica.

### ¿DEBEMOS OFRECERLE ALGUNA ALIMENTACIÓN ESPECIAL?

- Es normal que no tenga apetito. No lo fuerce a comer.
- Trate de asegurar que ingiera abundantes líquidos para mantenerlo hidratado.

### ¿CUÁL ES LA EVOLUCIÓN ESPERABLE?

La duración de la fiebre varía según la causa. Lo más habitual es que dure entre 2-4 días, pero puede durar más días sin que sea motivo de mayor gravedad.

Los antitérmicos disminuyen la temperatura, pero no siempre van a bajar del todo la fiebre, especialmente si partimos de temperaturas muy elevadas. Por lo tanto, la persistencia de la fiebre tras un antitérmico es frecuente y no implica mayor gravedad.

## ¿CUÁNDO PUEDE VOLVER A LA GUARDERÍA/ ESCUELA? ¿CUÁNDO PUEDE REALIZAR ACTIVIDAD FÍSICA?

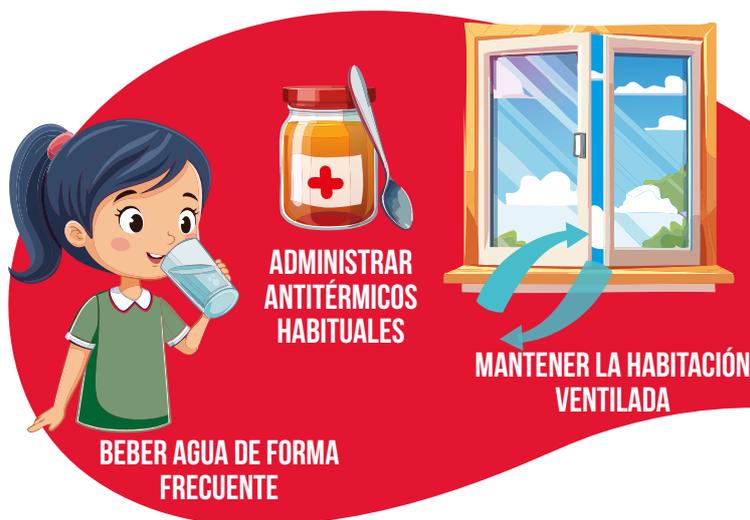
Cuando el niño o niña no presente fiebre y se encuentre bien podrá retomar su vida normal. No obstante, es prudente esperar 24 horas sin fiebre para volver a la guardería/escuela.

## ¿QUÉ SÍNTOMAS DEBEMOS VIGILAR EN CASA QUE NOS PUEDEN INDICAR QUE ESTÁ PEOR?

Debemos vigilar el estado general del niño y que tenga buen color. Además, vigilaremos la aparición de petequias (puntos rojos en la piel que no desaparecen cuando apretamos en sus laterales).

## ¿CUÁNDO DEBEMOS CONSULTAR EN UN SERVICIO DE URGENCIAS?

- Si el niño o niña está decaído, poco reactivo o muy irritable.
- Cuando presenta dificultad para respirar.
- Si tiene manchas en la piel que no desaparecen al presionarlas.
- Cuando no tolera sólidos ni líquidos vía oral.
- Los niños o niñas menores de 2 meses o inmunodeprimidos.



## ¿CÓMO PODEMOS PREVENIR LAS INFECCIONES?

- La medida más eficaz es el lavado de manos frecuente con agua y jabón o el uso de desinfectante para manos para evitar la transmisión de infecciones.
- Evitar sitios cerrados y muy concurridos especialmente con los niños más pequeños.
- La lactancia materna y la vacunación son factores muy importantes en la prevención.
- Si el niño o niña tiene fiebre no debe acudir al colegio/guardería para evitar contagiar a los demás.



## RECUERDA

LA EXISTENCIA DE FIEBRE Y LA PERSISTENCIA DE LA MISMA TRAS UN ANTITÉRMICO NO IMPLICAN GRAVEDAD. LO QUE DEFINE LA GRAVEDAD ES LA AFECTACIÓN DEL ESTADO GENERAL

ES FUNDAMENTAL TRATAR EL MALESTAR CON ANTITÉRMICOS.

ADEMÁS DEL TRATAMIENTO ANTITÉRMICO, UNA ADECUADA HIDRATACIÓN, NO SOBREALBRIGAR Y MANTENER AL NIÑO O NIÑA EN UNA HABITACIÓN VENTILADA Y TEMPLADA AYUDAN A MEJORAR EL MALESTAR.

¡ESPERAMOS QUE HAYA SIDO ÚTIL!

PARA AMPLIAR INFORMACIÓN, PUEDES CONSULTAR EL SIGUIENTE QR

