



### LA FIEBRE EN EL NIÑO

#### QUÉ ES LA FIEBRE

La fiebre no es una enfermedad, es un mecanismo de defensa. Es un síntoma que se presenta más habitualmente durante los tres primeros años de vida según la Asociación Española de Pediatría. Cuando un niño pequeño tiene fiebre, parece que saltan las alarmas para los padres, por eso, es necesario aclarar ciertos aspectos y pautas para saber qué hacer y qué no y a dónde acudir ante este fenómeno tan habitual en la infancia.



En la mayoría de las ocasiones, se trata de un mecanismo de defensa con el que **nuestro organismo reacciona y se defiende ante el ataque de los gérmenes**: dado que los virus y bacterias proliferan a temperaturas que oscilan en torno a los 37º C, nuestro “termostato” incrementa la temperatura corporal para intentar destruirlos, algo que vuelve nuestro sistema inmune más eficaz. No se ha demostrado que sea perjudicial, salvo que exceda los 41°C.

#### CLASIFICACIÓN DE LA FIEBRE

- Según la duración. La fiebre puede persistir desde varias horas a incluso meses, por lo que se pueden diferenciar los siguientes tipos:
  - **Fiebre de corta duración:** es la más habitual y suele ser debida a infecciones leves que se resuelven en menos de 2 semanas.
  - **Fiebre persistente o prolongada:** cuando dura más de 2 semanas.
- Según la evolución. En función del progreso que la temperatura sigue a lo largo del tiempo, se puede diferenciar una serie de patrones de fiebre que incluso nos pueden ayudar a identificar la causa de la misma.
  - **Fiebre continua:** es una elevación de la temperatura moderadamente persistente, con mínimas oscilaciones diarias (inferiores a 1 °C).
  - **Fiebre intermitente:** la temperatura sufre grandes oscilaciones, entre fiebre alta y normalidad a lo largo de cada día, o bien se alternan unos días con fiebre y otros sin ella, con un ritmo fijo.
  - **Fiebre remitente:** la temperatura se mantiene siempre elevada pero con oscilaciones diarias mayores de 1 °C.
  - **Fiebre reincidente (recurrente, periódica u ondulante):** se produce una alternancia de periodos de fiebre continua con otros de normalidad térmica (apirexia).
- Según la intensidad. Dependiendo del grado de elevación de la temperatura:
  - **Febrícula:** si oscila entre 37 °C y 38 °C.
  - **Fiebre:** cuando está entre 38 °C y 41 °C.
  - **Hiperpirexia:** si supera los 41 °C.



- Según su inicio. En función de cómo empieza a elevarse la temperatura corporal se clasifica en:
  - **Fiebre de inicio brusco**: comienza de forma repentina.
  - **Fiebre de inicio lento**: el aumento de la temperatura se produce de manera gradual.

#### CRITERIOS A SEGUIR ANTE LA PRESENCIA DE FIEBRE

1. Uno de los factores fundamentales que se deben tener en cuenta es la edad del niño:
  - Si este es **menor de tres meses** y tiene fiebre, siempre debemos llevarlo al hospital.
  - Al igual que si tiene **entre tres y seis meses** y la fiebre es mayor de los 39º C.
2. Si la temperatura corporal **supera los 40ºC, de forma sostenida**, sea cual sea la edad del niño.
3. Si el niño o niña presenta **rigidez de cuello y nuca**.
4. Si sufre **convulsiones o pierde el conocimiento**.
5. Si padece **dificultad para respirar**. Puede servirnos de señal que lo haga más rápido de lo habitual, que las aletas de la nariz se le abran más o que se le metan hacia adentro los espacios entre las costillas. En los bebés y niños más pequeños se refleja en que les puede costar más tomar el pecho o el biberón.
6. Si no orina o la **orina es escasa**.
7. Si presenta **vómitos y diarrea** muy abundantes que puedan causarle deshidratación (los ojos hundidos o la falta de saliva son algunos de los signos).
8. Si surgen **manchitas rojas** que no desaparecen al estirar la piel de alrededor, la piel está **muy pálida o azulada, o simula vetas de mármol**
9. Si la fiebre se prolonga durante **cinco o más días**.



Se debe acudir al servicio de urgencias si un adulto o un niño tienen fiebre asociada a:

- Irritabilidad y dificultad para tranquilizarse.
- Dificultad para despertar o imposibilidad de hacerlo.
- Confusión.
- Dificultad para caminar.
- Dificultad para respirar, incluso después de que la nariz esté despejada.
- Coloración morada de uñas, lengua o labios.
- Dolor de cabeza muy fuerte.
- Rigidez en la nuca.
- Convulsiones.
- Imposibilidad de mover un brazo o una pierna.

#### TRATAMIENTO DE LA FIEBRE

La **toma inmediata de fármacos antipiréticos** en cuanto la fiebre se manifiesta no es una medida correcta, porque lo que hacemos es anular ese mecanismo de defensa que ha puesto en marcha el propio organismo, que, como hemos dicho, consiste en subir la temperatura y puede crear la falsa sensación de remisión de sintomatología e impedir el diagnóstico adecuado cuando la etiología es desconocida. Por otra parte los antipiréticos no están exentos de efectos adversos.

### ¿Entonces, cómo se debe actuar ante que un niño tenga fiebre?

- ✓ Depende de cómo se encuentre. Si vemos que tiene más de 38°C y presenta malestar o dolor, entonces sí podemos administrarle paracetamol (preferentemente) o ibuprofeno como alternativa (si el niño ya es mayor de seis meses).
- ✓ Poner en práctica algunas medidas físicas:
  - **Hidrarle regularmente**. La adecuada ingesta de líquidos es fundamental para la prevención de la deshidratación. Se recomienda ingerir, por lo menos, *30-50 ml por hora en niños y 50-100 ml por hora en adultos*, a no ser que padezcan una patología subyacente que lo contraindique.
  - **Nutrición equilibrada**. Se debe mantener una nutrición equilibrada sin forzar la ingesta de alimentos. Es ideal el consumo de sopas y zumos para compensar la pérdida por evaporación.
  - **Desabrigarle**. Es recomendable vestir prendas ligeras, evitar ropa de cama excesiva que pueda dificultar la disipación del calor corporal a través de la piel y mantener la temperatura del local entre 20 °C y 22 °C.
  - **Reposo relativo**. Si bien no se recomienda el reposo absoluto en cama, es aconsejable limitar la actividad física, para evitar incrementar aún más la temperatura.

### Uso de medicamentos

Si estas medidas no resultan eficaces, la temperatura sigue aumentando o el niño presenta malestar sí que se puede indicar la toma de antipiréticos. Los fármacos más utilizados son el Paracetamol y los AINE, siendo el ibuprofeno el más habitual. Sigue siempre las dosis recomendadas por el médico. Y recuerda que el medicamento antipirético **empieza a hacer efecto a los 30-60 minutos desde su toma y no debe esperarse una reducción de la temperatura superior a 1°C-1,5°C**.

El Ácido Acetilsalicílico (aspirina) **no debe utilizarse en niños ni adolescentes menores de 16 años** porque puede causar síndrome de Reye, una rara complicación asociada a daño cerebral agudo y problemas de funcionalidad hepática de origen desconocido

Otro medicamento que también se puede usar, pero debe administrarse bajo supervisión médica, es el Metamizol (este último se usa en fiebre que no remite con otros tratamientos).

## RECOMENDACIONES

### 1. Dejar que el propio organismo actúe.

Debemos vigilar su evolución por si empeora, pero dejar que su propio sistema inmune luche contra la infección.

### 2. Emplear siempre un termómetro.

No usar las manos o los labios para intentar saber si el niño tiene fiebre, sino que la forma correcta de medir la temperatura es con un termómetro, y mejor que no sea de cristal, por el riesgo de rotura.

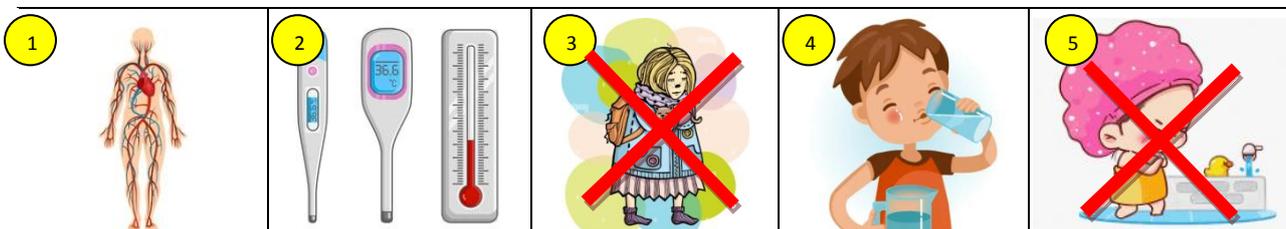
### 3. No abrigarle en exceso ni desnudarlo demasiado.

No desnudar al niño por completo, mantenerlo con la ropa necesaria para que esté fresco, ni tampoco calentar demasiado la habitación o la casa.

#### 4. Hidratar a menudo.

Ofrecerle cada poco tiempo agua y otros líquidos. Si todavía toma el pecho, continuar con la lactancia con normalidad.

#### 5. Darle baños de agua fría, friegas de alcohol o aplicarle paños húmedos está desaconsejado.



#### 6. Vigilar el estado general.

Observar si está más irritable, cansado o llora más de lo normal. Atención a un posible empeoramiento o a la aparición de nuevos síntomas.

#### 7. Mejor, en casa.

Es preferible que, mientras dure la fiebre, el menor no acuda a la guardería, escuela infantil o colegio. Avisar a estos centros de que el pequeño se encuentra enfermo.

#### 8. Identificar cuándo acudir a Urgencias.

Como se ha especificado anteriormente, se debe acudir a urgencias principalmente si presenta: fiebres muy altas que no ceden, convulsiones, deshidratación y manchas rojas o blanquecinas en la piel... Para el resto de situaciones y ante cualquier duda, pedir cita con el pediatra en tu Centro de Salud.

#### 9. Sobre la medicación.

Leer el prospecto y seguir las indicaciones pautadas por el pediatra sobre las dosis de medicamentos apropiados para su peso y edad. No administrar a la vez ibuprofeno y paracetamol, ni tampoco alternar o combinar ambos medicamentos, a no ser que así lo indique el médico. Se puede repetir la dosis si el niño vomita en los 15 minutos siguientes a tomarlo.

#### 10. La fiebre no puede prevenirse.

En algunos casos, los niños pueden presentar fiebre tras una vacunación, pero está totalmente desaconsejado el uso de paracetamol o ibuprofeno como medida preventiva ante una posible reacción febril, tanto por adelantado como inmediatamente después de recibir la vacuna. Si en los días posteriores el niño presenta fiebre y se le nota molesto, sí podemos darle un antitérmico o consultar al pediatra si es necesario.

