



Cómo no perder el control frente a la fiebre

¿Qué es la fiebre?

La fiebre es el aumento de la temperatura del cuerpo por encima de 37,2°C tomada en la axila; generalmente, se debe a un proceso infeccioso.

¿Para qué sirve la fiebre?

La fiebre no es una enfermedad, sino un síntoma, indica que "algo" está pasando en el cuerpo. Dentro de ciertos límites posibilita que los mecanismos de defensa actúen más adecuadamente.

¿Por qué le tenemos miedo a la fiebre?

La fiebre despierta temor en la mayoría de la gente, no sólo porque representa la aparición de una enfermedad, sino también por su propia presencia. Sin embargo, la fiebre tiene un efecto protector frente a enfermedades leves o moderadas. En algunos casos inhibe el crecimiento de ciertos virus y bacterias. No obstante, muchas personas, piensan que la fiebre alta (cuando se acerca a 40° C) puede producir un daño permanente, sobre todo en el cerebro, además de provocar convulsiones. Las llamadas "convulsiones febriles" afectan únicamente a un pequeño número de niños, duran pocos minutos, asustan mucho a los padres, pero son inofensivas. No producen daño cerebral.

¿Cuándo es peligrosa la fiebre?

Muy raramente, ya que la fiebre de más de 42,2° C –que puede causar daño–, aparece en situaciones muy poco frecuentes. No siempre las temperaturas más elevadas se relacionan con una mayor gravedad de la enfermedad que la provoca. Por ejemplo, un niño con 40°C puede tener una meningitis, al igual que otro niño con una faringitis.

¿Qué otros síntomas acompañan a la fiebre?

Generalmente, los niños con fiebre están decaídos, inicialmente tienen "chuchos" de frío, dolor de cabeza, inapetencia y aumento de la frecuencia cardíaca y respiratoria.

¿Cómo se trata la fiebre?

El tratamiento de la fiebre sirve para mejorar el confort de los niños. Diversos medicamentos actúan como antifebriles. Es importante saber que difícilmente la temperatura baja más de 1° C con el uso de cualquiera de ellos.

El pediatra indicará qué medicamento utilizar, cuándo y cómo administrarlo. Es mejor evitar su uso si no se está seguro de la dosis y no asociar distintos antifebriles si no fue indicado de esa manera. El tratamiento específico de la causa de la fiebre (por ejemplo, antibióticos) debe ser indicado por el pediatra.

¿Qué otras medidas se pueden tomar para bajar la fiebre?

Los baños son más útiles en los bebés que en los niños mayores. Son más efectivos si se realizan 30 minutos después de administrar el antitérmico. Conviene hacerlos con agua tibia, dejando que se enfríe espontáneamente, de esta manera el niño irá perdiendo calor, con la precaución de suspenderlo si comienza con escalofríos.

La administración de líquidos es importante para prevenir la deshidratación.

El reposo, vestir al niño con ropas livianas y mantener las habitaciones frescas pueden ayudar a que la temperatura no aumente. Si el niño tiene escalofríos es conveniente abrigo y desabrigo cuando hayan cedido.

No se deben utilizar paños con alcohol para intentar bajar la fiebre, ya que el alcohol se absorbe por la piel y puede producir efectos tóxicos.

¿Cuándo consultar con urgencia al pediatra?

- Niños recién nacidos o menores de 3 meses.
- Decaimiento marcado o somnolencia.
- Cambios en la coloración de la piel (pálida, azulada o marmórea).
- Presencia de manchas o erupciones.
- Existencia de alguna enfermedad previa.

Bibliografía recomendada

- Barton Schmitt. Fever phobia. Am J Dis Child 1980; 134: 176.
- Kayman H. Management of fever: making evidence-based decisions. Clin Pediatr 2003; 42: 383-392.
- Straface R, Blanco R, Margariños M y col. Conocimientos, temores y conducta de los padres y de los pediatras frente al niño febril de 1 a 24 meses de edad. Arch.argent.pediatr 2001; 99: 509[e].

Dr. Pablo Mohr

Consultorios Externos de Pediatría
Hospital Italiano de Buenos Aires