

Fiebre: Atención domiciliaria

(Y verdades sobre la fiebre)

¿Qué es la fiebre?

La temperatura corporal normal es 98.6°F (37°C). La temperatura de su hijo puede ser medida de tres maneras.

- **Oral.** Tomada en la boca, bajo la lengua.
- **Axilar.** Bajo el brazo.
- **Rectal.** En el ano (nalgas).

Las temperaturas corporales entre 98.6 y 100.4 ° F (37 ° C y 38 ° C) no se consideran fiebre. Algunas veces los niños sanos presentan estas temperaturas. Además de una enfermedad, lo siguiente puede causar que su hijo tenga una temperatura un poco elevada:

- vestirlo muy abrigado;
- consumir muy pocos líquidos;
- ser muy activo.

Se considera fiebre la temperatura de 100.5 ° F (38.1 ° C) en adelante. Si necesita decirle a su médico la temperatura que tiene su hijo, no le sume ni reste grados. Dígale el número que marcó el termómetro y también en dónde le tomó la temperatura (boca, ano o axila).

¿Cuál es la causa?

La fiebre puede indicarle que su hijo está enfermo. Busque otras señales de enfermedad. ¿Ha estado su hijo cerca de otras personas enfermas? ¿Ha recibido recientemente una vacuna? Su hijo:

- ¿Tiene dolor de garganta, está resfriado o le duelen los músculos?
- ¿Tiene vómito, diarrea o no desea comer?
- ¿Está muy somnoliento y tiene problemas para despertarse?
- ¿Actúa enfadado o parece enfermo?
- ¿Siente algún dolor en alguna parte del cuerpo?

Nuestros cerebros crean las fiebres para ayudar al sistema inmunológico (la parte de nuestro cuerpo que está diseñada para combatir infecciones) que trabaja mejor cuando la temperatura es alta. **La fiebre arriba de 102 ° F (38.9 ° C) puede ser muy incómoda, pero muy raramente es peligrosa.**

Para leer sobre los mitos y verdades comunes sobre la fiebre vea la página 3.



¿Cómo se trata la fiebre?

- Si su hijo tiene frío, cúbralo únicamente con ropa y cobijas ligeras. No lo abrigue demasiado. La ropa o cobijas gruesas causarán que la temperatura aumente.
- Deje que su hijo descanse y juegue tranquilamente.
- Dele muchos líquidos.

Tratamiento (continuación)

- Los niños mayores pueden tomar agua, jugo de frutas y refrescos, comer cubos de hielo, paletas de hielo (Popsicles®), gelatina (Jell-O®) y helado.
- No le frote alcohol en el cuerpo a su hijo para ayudar a bajar la fiebre. **Usar alcohol puede ser mortal si lo respira accidentalmente.** El alcohol también puede provocar que a su hijo le dé frío y escalofríos. Esto puede causar que la temperatura corporal aumente aún más.
- Tómele la temperatura a su hijo cada 3 a 4 horas. Si usa un termómetro oral, espere al menos 15 minutos después de que haya comido o bebido algo.
- Consulte a su médico o enfermera para saber si le puede dar a su hijo medicamento para la fiebre como acetaminofeno (Tylenol®, Tempra®) o ibuprofeno (Motrin®, Advil®). A menudo estos medicamentos se usan para tratar las molestias que pueden causar la fiebre.
- Es más importante que su hijo se sienta mejor y actúe normalmente después de haber tomado el medicamento para la fiebre que los números en el termómetro. Es posible que la fiebre no desaparezca completamente o que regrese cuando el medicamento se disipe. Esto sólo significa que su cuerpo todavía está combatiendo la infección.
- **No le dé aspirina a su hijo** sin consultar antes al médico o a la enfermera. La aspirina puede causar el síndrome de Reye, una enfermedad rara pero grave.



ALERTA: Llame al médico de su hijo, a su enfermera o a la clínica si tiene cualesquier preguntas o inquietudes o si su hijo:



- Tiene menos de 3 meses y la temperatura rectal es de 100.5° F (38.1° C) o más.
- Tiene menos de 1 año y presenta los ojos hundidos, llora sin lágrimas y no moja el pañal durante más de 8 horas. Éstas son señales de deshidratación.
- Tiene más de 1 año y presenta los ojos hundidos, llora sin lágrimas y no orina durante 12 horas. Éstas son señales de deshidratación.
- Tiene menos de 2 años y presenta fiebre que dura más de 24 horas.
- Es mayor de 2 años y tiene fiebre superior a 100.5° F (38.1° C) que dura más de 72 horas.
- Se ve muy enfermo o siente dolor.
- Tiene una convulsión. Si esto sucede, su hijo puede caerse y tener movimientos erráticos e incontrolables o tener el cuerpo rígido. Su hijo puede perder el conocimiento. **Llame al “911” si su hijo pierde el conocimiento.**
- Tiene necesidades especiales de salud que no se incluyeron en esta información.

Nota: La temperatura rectal tiende a ser más alta que la temperatura oral. La temperatura bajo el brazo (axilar) tiende a ser menor. No sume ni reste grados. Simplemente dígame al proveedor de servicios de salud el número que aparece en el termómetro y dónde/cuándo la tomó.

Esta hoja informativa fue creada para ayudarle a cuidar de su hijo. Esta hoja no reemplaza la atención médica. Hable con su proveedor de atención de salud sobre el diagnóstico, el tratamiento y el seguimiento.

Mitos y verdades sobre la fiebre

A menudo los padres le tienen miedo a la fiebre. Estos son hechos verdaderos y falsos sobre la fiebre.

| Mitos (falso)  | Hechos y verdades sobre la fiebre  |
|---|---|
| Todas las fiebres son malas para los niños. | La fiebre es la forma en que el organismo combate las infecciones. Si un bebé menor de 3 meses de edad tiene fiebre, debe consultar a un proveedor de atención de salud de inmediato. Esto no es porque la fiebre en sí sea peligrosa, sino porque los bebés pequeños tienen mayor riesgo de tener una infección grave. |
| La fiebre es causada por una infección. | La fiebre es causada por el cerebro para ayudar al organismo a combatir la infección. Nuestro sistema inmunológico funciona mejor a mayor temperatura. |
| Con la gripe hay que comer, con la fiebre hay que pasar hambre. | La fiebre hace que el organismo pierda líquidos a través del sudor y la respiración. Con la fiebre, debe administrar más líquidos pero no se preocupe si su hijo no tiene hambre mientras está enfermo. |
| La fiebre mayor a 104 °F (40 °C) es peligrosa y puede dañar el cerebro. La fiebre seguirá aumentando si no se administran medicamentos. | La fiebre que se produce durante una infección no causa daño cerebral. El cerebro no generará una fiebre tan alta como para dañarse a sí mismo. El cerebro tiene un termostato, por eso la fiebre debida a una infección normalmente deja de aumentar a los 103-104 °F (39.4-40 °C). Los niños pequeños suelen tener un termostato más alto que los niños mayores o los adultos. No siempre es necesario usar medicamentos. |
| Siempre hay que tratar la fiebre con medicamentos. | La fiebre debe ser tratada sólo si provoca un malestar. En general, es cuando la fiebre es mayor a 102 °F (39 °C). |
| Las convulsiones febriles pueden causar daño. | Entre el 3 y 5 % de los niños que no están en edad escolar pueden sufrir convulsiones febriles. Si bien pueden dar miedo, no causan daño cerebral, problemas de aprendizaje ni epilepsia (convulsiones que se producen sin fiebre). En general se detienen en 5 minutos. |
| Los medicamentos reducirán la fiebre a una temperatura normal. | Con un tratamiento, la mayoría de las veces la fiebre se reduce 2° ó 3 °F (1.1° ó 1.7 °C). Es más importante la comodidad de su hijo que la temperatura de la fiebre. |
| Una vez que un medicamento reduce la fiebre, debería mantenerse baja. | La fiebre suele durar 2 ó 3 días en la mayoría de las enfermedades virales. Si el organismo aún está combatiendo la infección, la fiebre regresará cuando desaparezca el efecto del medicamento. Una vez que el organismo supere la infección, la fiebre desaparecerá. |
| Si la fiebre es alta, es grave. El número exacto de la temperatura es importante. | El número no es tan importante como el aspecto de su hijo. Si la fiebre es alta, la infección podría o no ser grave. Si su hijo tiene un aspecto muy enfermo incluso después de recibir un medicamento, es muy probable que la causa sea grave. Debería llevar a su hijo a ver a un proveedor de atención de salud. |
| Las temperaturas entre 98.7 °F y 100.5 °F (37.1 °C y 37.8 °C) son fiebres bajas. | Es normal que la temperatura corporal cambie durante el día. Su punto máximo suele ocurrir al final de la tarde y en la noche. Una fiebre baja es de 100.5 °F a 102 °F (37.8 °C a 39 °C). |