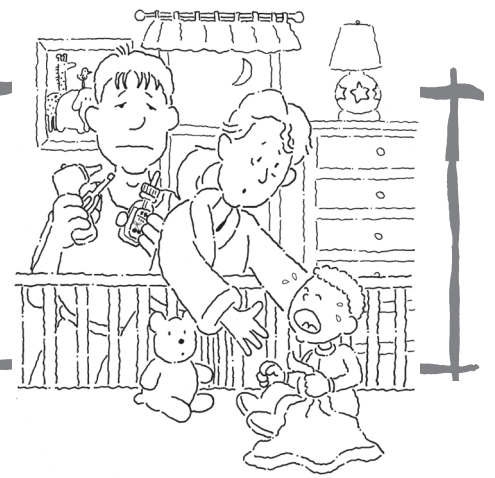


La fiebre y su hijo



(Fever and Your Child)

La fiebre suele ser un signo de que el cuerpo está combatiendo una enfermedad o infección. Generalmente es inofensiva. De hecho, la fiebre puede ser considerada un buen signo de que el sistema inmunológico de su hijo está funcionando y el cuerpo está tratando de curarse a sí mismo. Aunque es importante buscar la causa de una fiebre, el principal propósito de su tratamiento es ayudar a su hijo a sentirse mejor si está molesto o siente dolor.

Siga leyendo para obtener más información sobre cómo saber si su hijo tiene fiebre y cómo tratarla según la American Academy of Pediatrics (AAP).

¿Qué es la fiebre?

La temperatura corporal normal varía según la edad, la salud general, el nivel de actividad y la hora del día. Los lactantes suelen tener temperaturas más altas que los niños mayores. La temperatura de todas las personas es más alta entre las últimas horas de la tarde y las primeras horas de la noche, y más baja entre la medianoche y las primeras horas de la mañana. Incluso la cantidad de ropa que una persona tiene puesta puede afectar la temperatura corporal.

La fiebre es una temperatura corporal que es más alta de lo normal. Si bien la temperatura corporal normal promedio es de 98,6 °F (37 °C), un rango de temperatura normal oscila entre 97,5 °F (36,4 °C) y 99,5 °F (37,5 °C).

La mayoría de los pediatras considera una temperatura de 100,4 °F (38 °C) o más un signo de fiebre (ver "Cómo tomarle la temperatura a su hijo").

Signos y síntomas de la fiebre

Si su hijo tiene fiebre, es posible que se sienta acalorado, que tenga las mejillas rojas o que sude más de lo usual. También es posible que tenga más sed de lo habitual.

Algunos niños se sienten bien cuando tienen fiebre. Sin embargo, la mayoría tendrá síntomas de la enfermedad que está causando la fiebre. Es posible que su hijo tenga dolor de oído, dolor de garganta, un salpullido o dolor de estómago. Estos signos pueden brindar claves importantes sobre la causa de la fiebre.

Cuándo llamar al médico

Lo más importante que puede hacer cuando su hijo tiene fiebre es mejorar su bienestar asegurándose de que tome líquido suficiente para mantenerse hidratado y observarlo para detectar signos y síntomas de una enfermedad grave. Es un buen signo si su hijo juega e interactúa con usted después de recibir medicamentos para las molestias.

Llame al médico de su hijo de inmediato si su hijo tiene fiebre y

- Se ve muy enfermo, está más adormilado de lo habitual o está muy irritable.
- Ha estado en un lugar muy caluroso, como en un carro sobrecalentado.
- Tiene otros síntomas, como el cuello rígido, dolor de cabeza fuerte, dolor de garganta fuerte, dolor de oído fuerte, un salpullido injustificado, o vómitos o diarrea repetidos.

- Tiene problemas del sistema inmunológico, como anemia falciforme o cáncer, o está tomando esteroides u otros medicamentos que podrían afectar su sistema inmunológico.
- Ha tenido una convulsión.
- Es menor de 3 meses (12 semanas) y tiene una temperatura de 100,4 °F (38,0 °C) o más.
- La fiebre sube por encima de los 104 °F (40 °C) repetidamente para un niño de cualquier edad.

También llame al médico de su hijo si

- Su hijo sigue comportándose como si estuviera enfermo una vez que su fiebre ha bajado.
- Su hijo parece estar empeorando.
- La fiebre persiste por más de 24 horas en un niño menor de 2 años.
- La fiebre persiste por más de 3 días (72 horas) en un niño de 2 años en adelante.

Cómo tratar la fiebre de su hijo

Si su hijo tiene más de 6 meses y tiene fiebre, probablemente no necesite un tratamiento para la fiebre a menos que se sienta molesto. Observe su comportamiento. Si está bebiendo, comiendo, durmiendo normalmente y puede jugar, debe esperar hasta ver si la fiebre desaparece por sí misma y no necesita tratarla.

Lo que puede hacer

- Mantenga su habitación agradablemente fresca.
- Asegúrese de que vista ropa liviana.
- Anímelo a que tome líquidos como agua, jugos diluidos o una solución comercial de electrolitos.
- Asegúrese de que no se exija demasiado.
- Vea "Cómo mejorar el bienestar de su hijo con medicina".




Cómo tomarle la temperatura a su hijo

Aunque por lo general puede saber si su hijo está más caliente que de costumbre con sólo tocar su frente, solamente un termómetro puede determinar qué tan alta es la fiebre. Incluso si su hijo está más caliente que de costumbre, no es necesario que verifique esta temperatura a menos que tenga otros signos de enfermedad descritos más arriba.

Use siempre un termómetro digital para verificar la temperatura de su hijo (ver el cuadro "Tipos de termómetros digitales" para obtener más información, incluidas las pautas para saber qué tipo de termómetro usar según la edad). No se deben usar termómetros de mercurio. La AAP recomienda a los padres retirar los termómetros de mercurio de sus hogares para prevenir la exposición y el envenenamiento accidentales. Nota: las lecturas de temperatura pueden verse afectadas según cómo se mida la temperatura y otros factores (vea "¿Qué es la fiebre?"). La temperatura de su hijo y otros signos de enfermedad ayudarán a su médico a recomendarle el mejor tratamiento para su hijo.

Típos de termómetros digitales

Los siguientes son 3 tipos de termómetros digitales. Aunque existen otros métodos para tomarle la temperatura a su hijo, como los chupetes con termómetro o las tiras para medir la fiebre, no se recomiendan en este momento. Pídale consejo al médico de su hijo.

Tipo*	Cómo funciona	Dónde tomar la temperatura	Edad	Notas
Termómetro digital multiuso Lee la temperatura 	Lee la temperatura corporal cuando el sensor ubicado en la punta del termómetro toca esa parte del cuerpo. Puede usarse en el recto, la boca o la axila.	Rectal (en el recto)	Desde el nacimiento hasta el año	<ul style="list-style-type: none"> • La pauta de los 100,4 °F para la fiebre está basada en la lectura rectal. • Rotule el termómetro como "oral" o "rectal". No use el mismo termómetro en ambos lugares. • Tomar la temperatura en la axila es menos confiable. Sin embargo, este método puede usarse en escuelas y centros de asistencia pediátrica para verificar (detectar) la temperatura de un niño cuando el niño tiene otros signos de enfermedad. La temperatura se usa como una guía general.
		Oral (en la boca)	De 4 a 5 años y en adelante	
		En la axila (debajo del brazo)	La técnica menos confiable, pero útil para la detección a cualquier edad	
Arteria temporal 	Lee las ondas de calor infrarrojo liberadas por la arteria temporal, que atraviesa la frente justo debajo de la piel.	A un lado de la frente	De 3 meses en adelante Antes de los 3 meses, es mejor como dispositivo de detección que las temperaturas en la axila	<ul style="list-style-type: none"> • De acuerdo con las nuevas investigaciones, puede ser confiable en los recién nacidos y lactantes menores de 3 meses.
Timpánico 	Lee las ondas de calor infrarrojo liberadas por el tímpano.	En el oído	De 6 meses en adelante	<ul style="list-style-type: none"> • No es confiable para los bebés menores de 6 meses. • Cuando se utiliza en niños mayores, debe ser colocado correctamente en el canal auditivo de su hijo para ser exacto. • El exceso de cera puede hacer que la lectura sea incorrecta.

*El estilo y las instrucciones pueden variar según el producto.

Cómo usar un termómetro digital multiuso

Temperatura rectal

Si su hijo es menor de 1 año, la temperatura rectal brinda la mejor lectura. La temperatura rectal se debe tomar del siguiente modo:

- Limpie la punta del termómetro frotándolo con alcohol o agua y jabón. Enjuáguelo con agua fría. No lo enjuague con agua caliente.
- Coloque en la punta una pequeña cantidad de lubricante, como vaselina.
- Coloque a su hijo boca abajo sobre su regazo o sobre una superficie firme. Sosténgalo colocando la palma de su mano contra la parte baja de su espalda, justo por encima de sus nalgas. O coloque a su hijo boca arriba y dóblele las piernas hacia el pecho. Apoye la mano que le queda libre contra la parte de atrás de los muslos.
- Con la otra mano, encienda el termómetro e insértelo de ½ a 1 pulgada en el orificio anal. No lo inserte muy profundo. Sostenga el termómetro en su lugar flojamente con 2 dedos, manteniendo la mano



ahuecada alrededor de las nalgas del niño. Sosténgalo así por un minuto aproximadamente, hasta que escuche un "pitillo". Entonces retírelo y verifique la lectura digital.

Asegúrese de ponerle un rótulo al termómetro rectal para que no se use accidentalmente en la boca.

Temperatura oral

Una vez que su hijo tenga entre 4 y 5 años de edad, puede tomarle la temperatura por la boca.

La temperatura oral se debe tomar del siguiente modo:

- Limpie el termómetro con agua tibia y jabón, o frótelo con alcohol. Enjuáguelo con agua fría.
- Encienda el termómetro y coloque la punta debajo de la lengua de su hijo hacia el fondo de la boca. Sosténgalo en su lugar por 1 minuto aproximadamente, hasta que escuche un "pitillo". Verifique la lectura digital.
- Para una lectura correcta, espere por lo menos 15 minutos después de que su hijo haya tomado una bebida caliente o fría antes de ponerle el termómetro en la boca.



Cómo mejorar el bienestar de su hijo con medicina

El acetaminofeno y el ibuprofeno son medicinas seguras y efectivas si se usan según las indicaciones para mejorar el bienestar de su hijo, y también pueden bajar la fiebre. No necesitan una receta médica y se venden en supermercados y farmacias. Sin embargo, tenga en cuenta lo siguiente:

- El ibuprofeno solamente se debe usar para niños mayores de 6 meses. No debe darse a niños que estén vomitando constantemente o que estén deshidratados.
- No use aspirina para tratar la fiebre o el malestar de su hijo. La aspirina ha estado vinculada a efectos secundarios como malestar estomacal, sangrado intestinal y, lo más serio, el síndrome de Reye.
- Si su hijo está vomitando y no puede recibir nada por boca, puede ser necesario un supositorio rectal. El acetaminofeno viene en forma de supositorio y puede ayudar a reducir el malestar en un niño que ha estado vomitando.

Antes de darle cualquier medicina a su hijo, lea la etiqueta para asegurarse de que le esté dando la dosis correcta para su edad y peso. Además, si su hijo está tomando otras medicinas, revise los ingredientes. Si contienen acetaminofeno o ibuprofeno, hágaselo saber al médico de su hijo.

Para estar seguro, si su hijo tiene menos de 2 años, hable con su médico antes de darle cualquier medicina para tratar el malestar o la fiebre. (Nota: en 2011, los fabricantes comenzaron a reemplazar el acetaminofeno pediátrico en gotas de 80 mg/0,8 ml por el acetaminofeno pediátrico líquido de 160 mg/5 ml. Visite HealthyChildren.org en www.healthychildren.org/feverpain para obtener más información. Si le está dando acetaminofeno, asegúrese de decirle al médico de su hijo si está usando gotas pediátricas de 80 mg/0,8 ml o líquido pediátrico de 160 mg/5 ml.)

¿Se deben usar los baños de esponja para bajar la fiebre?

No se recomienda usar baños de esponja para bajar la fiebre de su hijo. No existe información que muestre que los baños de esponja o los baños con agua tibia reduzcan el malestar de su hijo asociado a la fiebre o a una enfermedad. El agua fresca o fría puede causar temblores y aumentar la temperatura. Nunca le agregue alcohol al agua. El alcohol puede ser inhalado o absorbido por la piel, y causar problemas graves como un coma.

¿Qué hago si mi hijo tiene una convulsión febril?

En algunos niños menores de 6 años, la fiebre puede desencadenar convulsiones. Si bien las convulsiones pueden ser aterradoras, por lo general son inofensivas. Durante una convulsión, es posible que su hijo se vea raro por unos momentos, que tiemble, luego quede rígido, se sacuda y gire los ojos. El color de su piel también puede cambiar y verse azul. Si esto sucede:

- Póngalo en el piso o sobre la cama, lejos de cualquier objeto duro o filoso.
- Voltéele la cabeza hacia un costado, para que la saliva o el vómito puedan salir de la boca.
- No le ponga nada en la boca, ni siquiera un dedo.
- Llame al médico de su hijo.

El médico de su hijo querrá examinarlo, especialmente si esta es su primera convulsión. Es importante buscar la causa de la convulsión febril.

Si su hijo ha tenido una convulsión febril en el pasado, tratarlo con acetaminofeno o ibuprofeno cuando vuelva a tener fiebre no evitará que ocurra otra convulsión febril. Hable de esto en la próxima visita de control de su hijo.

La información incluida en esta publicación no debe usarse como reemplazo de la atención médica y los consejos de su pediatra. Es posible que haya variaciones en el tratamiento que su pediatra pueda recomendar de acuerdo a hechos y circunstancias individuales.

Dibujos de termómetros digitales gentileza de Anthony Alex LeTourneau.

De parte de su médico