

Titlu: Febra

Autor: Francisco Javier Garrido Torrecillas. Pediatru. UGC Churriana de la Vega, Granada

Traducerea și adaptarea: Daniela Florentina Pruteanu

Cuvinte cheie: febră, antitermice.

Ce este febra?

Febra reprezintă creșterea temperaturii corpului, când depășește limitele considerate normale. Nu este o boală, este un simptom al unor boli.

Se consideră febră o temperatura corporală mai mare de 38 grade Celsius.

Cum se produce febra?

Cea mai frecventă cauză de febră, în special la sugari și copii, sunt infecțiile. De obicei sunt infecții virale și, mai puțin frecvent, infecții bacteriene.

Îmbrăcămintea excesivă, excesul de căldură și deshidratarea câteodată pot provoca febră.

De asemenea, poate apărea febra ca manifestare a unor boli (boli reumatologice, intoxicații...), deși acest lucru este foarte puțin frecvent.

Este gravă sau contagioasă?

Febra în sine nu este contagioasă; dar contagioase pot fi anumite boli care produc febra, în special infecțiile virale.

Febra în sine nu trebuie considerată semn de gravitate și nici nu dăunează creierului.

Nici gradul de febră pe care îl are un copil, nici răspunsul la medicamente un pot fi indicii de gravitate.

Febra folosește la ceva?

Febra este parte a mecanismelor de apărare ale organismului, creșterea temperaturii activează mecanismele noastre de apărare și le ajută să-și îndeplinească mai bine funcția.

Cum știm dacă are febră?

Există date care ne pot ajuta să ne dăm seama de febră, cum ar fi: creșterea numărului de bătăi ale inimii, creșterea numărului de respirații, înroșirea pielii, senzația de căldură la contactul cu copilul. Dar cea mai bună metodă de a confirma febra este măsurând-o cu un termometru.

În prezent este interzisă vânzarea termometrelor cu mercur.

Există diferite tipuri de termometre, cele mai fiabile sunt cele digitale.

Întotdeauna trebuie să tratăm febra?

Nu întotdeauna este nevoie să tratăm febra. Rețineți că este o parte a mecanismelor de apărare, trebuie să o tratăm dacă produce stare de rău sau discomfort, sau dacă este vorba de febră mare. De asemenea, trebuie tratată la copiii care au boli grave care afectează inima, plămânilor, bronhiile și sistemul nervos.

Cum se tratează febra?

Pentru a trata febra se utilizează antitermicele. Cel pe care ar trebui să îl folosim în mod normal este paracetamolul, pe cale orală sau rectală. Doza depinde de greutatea copilului și poate fi administrat la fiecare 4- 6 ore. De asemenea, se poate folosi ibuprofenul, la fiecare 6 sau 8 ore, la doze ce depind de greutate. Acesta nu trebuie folosit la copii mai mici de 6 luni.

Nu trebuie să alternați antitermicele în mod obișnuit; doar în cazuri concrete și cu recomandarea medicului.

Rețineți că medicamentele nu trebuie lăsate la îndemâna copiilor.

Antibioticele nu scad febra și nu trebuie folosite decât la indicația medicului sau a pediatrului.

Este foarte important să hidratăm copilul, asigurându-ne că bea frecvent lichide.

Trebuie să mergem la pediatru sau la medic dacă copilul:

Are febră mare (mai mult de 40 de grade).

Este mai mic de 2 ani și are febră mai mult de 24-48 de ore.

Este mai mare de doi ani și are febră de mai mult de 48-72 de ore.

Prezintă erupții la nivelul pielii care au apărut odată cu febra sau cu câteva ore înainte.

Este foarte iritabil, plânsul este intens sau dificil de calmat, sau este foarte apatic (deși i-a scăzut febra).

Respinge alimentele și lichidele în mod continuu.

Nu urinează sau urina este în cantitate mică.

În situații care atrag atenția sau anormale care acompaniază febra.

Cât timp au febră, trebuie să urmărim:

Starea generală: aspect, culoare, respirație. Să observăm dacă are leziuni.

Comportamentul și atitudinea: dacă este somnolent, foarte iritabil, plânge excesiv sau este foarte apatic.

Dacă are o durere localizată (gât, urechi, abdomen, cap...).

Dacă prezintă dificultate în a mișca capul, rigiditate.

Dacă prezintă dificultate sau alterări ale respirației.

Dacă urina miroase urât, are culoare diferită de cea normală sau este în cantitate mică.

Dacă prezintă vomă sau diaree persistente sau foarte abundente.

Când trebuie să mergem la urgențe?

Dacă apare una din următoarele situații trebuie **să mergem la urgențe**. Deși aceasta nu trebuie să însemne obligatoriu că are o boală gravă.

- Febră la copii mai mici de 3 luni.
- Febră mare și o boală cronică gravă (malformații ale inimii, deficit imunitar, cancer în tratament cu chimioterapie...).
- Rigiditate a gâtului, dificultate în a flexiona capul.
- Erupții pe piele de apariție recentă, de culoare roșu închis sau violaceu, care nu dispar dacă presionăm pielea din jurul lor.
- Stare generală proastă, iritabilitate sau plâns excesiv și greu de calmat.
- Convulsii sau pierderea cunoștinței.
- Dificultate în a respira (se vede proeminența coastelor și se afundă sternul, se aud șuierături ale respirației, respirație foarte rapidă, agitată, etc.).
- Vomă abundentă, aproape continuă.

Unde putem găsi mai multă informație (în spaniolă) pe Internet

Decálogo de la fiebre de la AEPAP. Disponibil la adresa: <http://www.aepap.org/biblioteca/ayuda-en-la-consulta/decalogo-de-la-fiebre>

Familia y salud: fiebre. Disponibil la adresa: <http://www.familiaysalud.es/nos-preocupa-que/fiebre>

Kidshealth: La fiebre y cómo tomar la temperatura de su hijo. Disponibil la adresa:

http://kidshealth.org/parent/h1n1_center/h1n1_center_esp/fever_esp.html

Guía de Salud proceso fiebre en la infancia, información para pacientes. Disponibil la adresa: http://www.juntadeandalucia.es/salud/export/sites/cs salud/galerias/documentos/c_6_c_7_guias_de_informacion_para_pacientes/guia_fiebre_infancia.pdf