

## La fiebre. Miedos y angustias de un abuelo pediatra

Vaya por delante que una cosa es la preocupación por tus pacientes y otra los miedos, la ansiedad o la angustia ante un niño enfermo que es parte de tu familia y del que eres responsable. Como pediatra, de aquella todos tenemos experiencia, de estas últimas menos. Siempre se ha dicho que un médico no debe serlo de su familia.

Tengo 5 nietos y cada vez que alguno se pone enfermo, comienzan los miedos. Aunque con uno de ellos lo he vivido especialmente mal.

Cuando empezó a ir a [la guardería](#), un día tras haberle puesto [las vacunas](#) correspondientes a su edad comenzó con un cuadro de [fiebre](#) alta con discreta afectación general.

A la exploración solo tenía una [faringe algo enrojecida](#), el resto era rigurosamente normal. La temperatura de hasta 39,5°C se controlaba muy bien con [antitermicos](#) cuando se usaban. Y en los momentos sin fiebre estaba contento, jugaba, con buen apetito y mucha actividad como es habitual en él. Parecía una infección típicamente viral. Fácil.

Claro, la [proximidad de las vacunas](#) me obligó a explicar a los padres que no hay ningún riesgo importante con ellas. Que hay muchos [mitos en contra de las vacunas](#) que no tienen ninguna base científica probada y que como se dice en el [Decálogo de las Vacunas](#) de la *Asociación Española de la Pediatría de Atención Primaria* (AEPap), el beneficio de ponerlas es muy alto comparado con el mínimo riesgo de las [pequeñas reacciones](#) generalmente locales o febriles.

Como suelo comentar en la consulta, les digo que junto con [los antibióticos](#) y la potabilización del agua son las tres medidas que más han ayudado a mejorar la salud de la población.

Les explicaba que la fiebre de por sí no es ninguna enfermedad, sino un síntoma y que por sí sola no indica ningún grado de gravedad ni produce [convulsiones](#).

Insistía mucho en la información y consejos que da el [Decálogo de la Fiebre](#) de AEPap: aligerar la ropa, ofrecer líquidos frecuentes para mantener una buena hidratación, porque con las temperaturas elevadas se pierde mucha agua por evaporación, estar en una habitación templada y no muy caliente, etc,....

Aquel episodio inicial se pasó en 48 horas. Pero a las 3 semanas tuvo un proceso similar. Otra vez fiebre con afectación general y una exploración anodina, lo que me obligó a dar las mismas explicaciones. Consejos encaminados sobre todo a mejorar el estado general y mantener una buena hidratación, algo que por sí solo ayuda a mantener la temperatura mas baja y, sobre todo, a rebajar la ansiedad familiar.

Un cuadro clínico similar se estuvo repitiendo cada 22-28 días a lo largo de todo el invierno. Al tercer episodio empecé a marcarlos en un calendario (que todavía tengo): empezaron en octubre y cesaron a finales de mayo.

Cuando llevaba 3-4 episodios empezaron mis miedos: ¿me estaría equivocando? ¿podría tener alguna enfermedad mas grave? ¿debía hacerle unos análisis? Tenía que tener paciencia y esperar.

Los comentarios de la familia empezaron a hacerse mas angustiosos: que si no se le daban antibióticos..., que si habría que [hacer unos análisis](#)..., que si era mejor que le viese un especialista en enfermedades infecciosas...

Cada vez que aparecía un episodio nuevo intentaba rebajar la ansiedad familiar, que con cada episodio iba en aumento. Explicaba que son procesos víricos y frecuentes a esta edad, que suelen guardar relación con la guardería, que tienen muy buen pronóstico y no tienen ningún efecto mas allá de la edad pediátrica ni afectan al desarrollo evolutivo del niño. Pero los últimos episodios fueron especialmente agobiantes y con una ansiedad familiar importante.

Estos procesos febriles son [muy frecuentes en los primeros años de vida](#) y generalmente guardan relación con infecciones víricas leves. Siempre son motivo de una carga de ansiedad en la familia. Pero nuestro trabajo como pediatras consiste sobre todo en saber reconocer lo que es normal y [lo que puede ser grave](#). De esta forma podemos aconsejar a los padres y favorecer unos cuidados generales del niño, para que esté más cómodo, evitando medicación que no sea necesaria y angustia familiar.

Ahora han pasado varios años, el niño tiene un desarrollo completamente normal y con mucha vitalidad.

---

**Fecha de publicación:** 29-10-2018

**Autor/es:**

- [Jose Luis Montón Álvarez](#). Pediatra. Actualmente jubilado

