

## Manejo de la fiebre en el niño

### Hoja informativa para los padres

#### ¿Qué es la fiebre y cómo se mide?

La fiebre es una temperatura corporal igual o superior a 38,0 °C. No es peligrosa en sí misma si el niño la tolera bien. Los siguientes consejos tienen como objetivo brindar confort al niño. La temperatura debe medirse con un termómetro. Se recomienda usar un termómetro rectal, especialmente en niños pequeños. Si se mide la temperatura en la axila, se debe añadir 0,5 °C al valor mostrado para obtener la temperatura real. También se puede utilizar un termómetro auricular. Evite los termómetros frontales sin contacto, ya que son menos fiables y pueden arrojar resultados imprecisos. La fiebre suele ser causada por virus (gripe, resfriado, covid, etc.) o bacterias, que pueden ser contagiosos. Por ello, es importante evitar el contacto del niño, especialmente con personas vulnerables.

#### ¿Cómo bajar la temperatura y manejar la fiebre?

- Desvista a su hijo (deje solo el body, pañal o ropa interior).
- Ventile la habitación y mantenga la temperatura ambiente entre 18 °C y 20 °C.
- Retire mantas, saco de dormir y cualquier ropa demasiado abrigada.
- Utilice un paño húmedo (con agua tibia) para aplicarlo en el cuerpo.
- Ofrezca líquidos con frecuencia (preferiblemente agua, además de las comidas).
- No dé baños ni duchas, especialmente durante picos de fiebre: los cambios bruscos de temperatura pueden ser mal tolerados.
- Si la fiebre persiste, administre paracetamol según el peso del niño.
- Controle la temperatura con regularidad.

#### Paracetamol: ¿cómo utilizarlo?

El paracetamol (Doliprane, Efferalgan...) puede ser útil para bajar temporalmente la temperatura, pero no actúa sobre la causa de la fiebre. Está disponible en forma de jarabe o sobres para disolver en agua. Los supositorios pueden ser menos eficaces debido a la absorción variable, incluso sin diarrea. La dosis depende del peso del niño. En general, se puede administrar cada 6 horas (máximo 4 dosis al día). Si la fiebre es moderada y el niño la tolera bien (es decir, permanece activo y no está demasiado incómodo), no es imprescindible administrar paracetamol.

#### ¿Cuándo consultar?

Consulte rápidamente en los siguientes casos:

- Menores de 3 meses: acudir a urgencias.
- Enfermedad crónica que reduce las defensas inmunitarias (siga las recomendaciones del médico que atiende a su hijo).
- Niño muy cansado, que no reacciona bien o parece anormalmente decaído.
- Labios azulados (cianosis), quejidos constantes.
- Dolores o llanto intenso que no cede, malestar importante, dificultad para respirar, diarreas muy frecuentes y líquidas con dificultad para hidratarse.
- Viaje reciente (últimos 3 meses) a zona de riesgo de paludismo.

En otros casos, consulte si la fiebre dura más de 2 o 3 días.

En caso de duda o preocupación, contacte con el 112 (equivalente en España) para obtener consejos sobre qué hacer.

