

# INVESTIGACIÓN Y CIENCIA

## Fiebre, ¿tenemos que temerle siempre?

Dr. Jesús Miguel Zárate Reyes\*

### Palabras clave:

Fiebre, antipiréticos, medios físicos



Fuente: <http://img.rtve.es/i/?w=1180&i=1304695761394.jpg>

La fiebre se ha convertido en el principal motivo de consulta pediátrica, a ella se debe el 30% de las consultas en el medio privado y hasta un 60% en instituciones de salud pública, y estas cifras serían más altas al considerar también la orientación por vía telefónica o por medio electrónico.

La fiebre causa más angustia que cualquier otro síntoma, se ve a la fiebre como una enfermedad, siendo que realmente es un síntoma de una enfermedad de fondo. A causa de esta percepción, la presencia de fiebre genera una desesperación por controlar la fiebre, más que su verdadera causa.

\* Médico Pediatra. Médico Cirujano por la Facultad de Medicina de la Universidad de Guanajuato, Médico Pediatra egresado de la clínica UMAE No 48 del IMSS, avalado por Facultad de Medicina de la Universidad de Guanajuato. Práctica institucional en IMSS HGZ No 21, práctica privada en Centro Infantil Happy Platz.

Contacto: Centro Infantil Happy Platz, Consultorio 2, Avenida Las Américas 507, León de los Aldama, Guanajuato, México, C.P. 37370. Teléfono: 4773147930. Correo electrónico: miguel.zarate.reyes@gmail.com

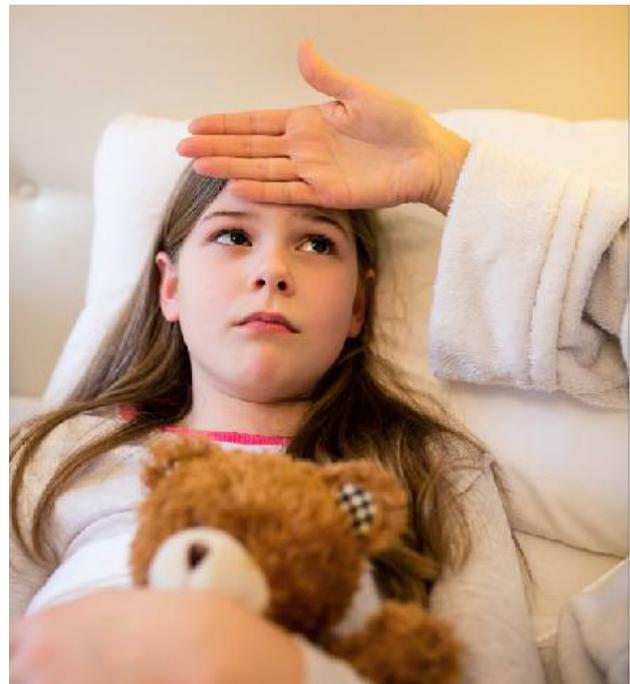
Pero, ¿qué es la fiebre? La fiebre es el síntoma más común de enfermedad en los niños, es una elevación de la temperatura corporal. La temperatura es controlada en el cerebro, en un área llamada hipotálamo, el cual actúa de manera similar a un termostato, ya que tiene un punto de control de la temperatura, y el cuerpo se encarga de mantener esa temperatura acorde a su punto de control. Algunas amenazas, como las infecciones, hacen que el punto de control del termostato se eleve, y como la temperatura del cuerpo es menor a la indicada, el cuerpo genera calor para alcanzar el nuevo punto de control, para ello, genera movimiento del sistema músculo esquelético (los cuales no están bajo control voluntario), conocidos como escalofríos, y evita las pérdidas de calor al contraer los vasos sanguíneos y cerrar las glándulas sudoríparas; esto quiere decir, que el cuerpo prende la calefacción y cierra las ventanas.

Como podemos ver, la fiebre es una respuesta adaptativa normal del organismo, y rara vez es una amenaza al bienestar del niño, de hecho la fiebre tiene algunos efectos favorables, ya que para empezar, es el primer aviso de la presencia de un proceso infeccioso, ayuda a retrasar el crecimiento y reproducción de bacterias y virus, además de que incrementa la actividad de algunas de las defensas del organismo.

La mayoría de las consultas por fiebre son debidas a la confusión acerca del significado de la misma, lo que causa ansiedad por los posibles daños que pueda generarle al niño; entre las creencias se encuentran que puede generar daño cerebral, crisis convulsivas febriles, y hasta la muerte. Esta percepción es en parte responsabilidad del personal de salud, ya que se genera información confusa, en primera

instancia, por no explicar a los padres cuál es la causa de la fiebre, mostrar urgencia por controlarla, y el indicar que no deben permitirse cifras mayores a 39 °C al mismo tiempo que se les recomienda que no debe generarse preocupación por la fiebre. Debido a esto, existe un abuso en la automedicación de los antipiréticos (medicamentos para controlar la fiebre), siendo administrados incluso en temperaturas menores de 37.8 °C.

Los padres que presentan más ansiedad por la fiebre tienden a acudir más veces a consulta médica, perciben a sus médicos como muy preocupados por la fiebre, y tienden a realizar mayor número de análisis de sangre, tanto por indicación del médico como por iniciativa propia; debido a esto, se llega a pensar que los análisis de sangre son siempre necesarios para el estudio de la fiebre, lo cual incrementa la ansiedad y el miedo hacia la fiebre.



## ¿Cómo saber si el niño tiene fiebre?

La temperatura normal es diferente de persona a persona, siendo muy notorio a diferentes edades, los niños más pequeños tienden a manejar temperaturas normales más elevadas que los niños más grandes o que los adultos. Debido a esto no existe un valor normal, pero de acuerdo a consensos internacionales, se considera fiebre a una temperatura central mayor a 38 °C.

Es común que en la consulta los padres riferan que el niño se encuentra caliente al tacto, esta medición es subjetiva, ya que puede variar con los factores ambientales, así como la parte del cuerpo que se evalúe. Aun así, esta técnica no es del todo inadecuada, ya que los padres son quienes mejor conocen a sus hijos, pero su aplicación es limitada, ya que esta técnica solo sirve para conocer si el niño NO tiene fiebre, y no es útil para saber si la presenta; por lo tanto es necesario registrar la temperatura corporal en caso de sospechar que presenta fiebre.

Existen múltiples maneras de registrar la temperatura corporal, como son termometría rectal, axilar, oral, por tiras de contacto, infrarrojo timpánico, infrarrojo frontal, infrarrojo sin contacto. La medición más acercada a la temperatura central es por medio rectal, aunque puede verse alterada por una mala técnica, además de que genera malestar al niño conforme va creciendo. La termometría axilar es bien aceptada a mayor edad, pero es la menos precisa, además de que también se ve afectada por la técnica utilizada. Los termómetros infrarrojos son fáciles de usar, y parecen ser confiables a cualquier edad, incluso en recién nacidos, aunque hay que tener en cuenta que en caso de temperatura muy alta o muy baja pueden generar cifras diferentes a las reales. Los termómetros timpánicos no son confiables en menores de 6 meses, y se modifica si no son bien colocados o si los niños presentan cerumen. Aun no se encuentra establecida la eficacia de los termómetros de tiras de contacto y de chupón.



Fuente: <http://www.esuelasinfantilesvelilla.com/blog/wp-content/uploads/2015/03/bajar-fiebre-en-ninos.jpg>

Más que preocuparse por registrar a cada momento la temperatura o por una cifra específica, es importante vigilar las características clínicas del niño, es decir, cómo se ve el niño y cómo se comporta, ya que muchos niños pueden tolerar cifras de hasta 40°C sin presentar alguna alteración aparente, mientras que otros se encuentran muy irritados con temperaturas apenas por encima de 38°C. Para evitar medicar en exceso, es importante valorar el estado clínico del niño, y como padres observar si está irritable, presenta enrojecimiento, se encuentra renuente a la ingesta de líquidos y sin apetito, a diferencia de un niño que aunque presente temperatura elevada se encuentre tranquilo y juguetón.

A pesar de lo antes comentado, existen situaciones de mayor cuidado, como es el caso de los recién nacidos, los niños de menos de 28 días de vida que presentan fiebre tienen un mayor riesgo de presentar enfermedades graves, por lo que a esta edad la presencia de fiebre es una urgencia, y siempre se debe lle-

var a valoración médica de inmediato, ya que requerirá de manejo hospitalario. Un niño de 1 a 3 meses de edad también debe ser llevado a valoración médica, aunque disminuyen sus riesgos para presentar una enfermedad grave a esta edad, por lo que puede ser manejado en casa, aunque debe mantenerse vigilancia estrecha, ya que en cualquier momento puede existir la necesidad de hospitalizar. En niños mayores de 3 meses, generalmente se encuentra una causa evidente de la fiebre, la mayoría de las veces infecciosa, con menor riesgo de complicación, por lo que a partir de esta edad se deberá tomar en cuenta el estado clínico en lugar de la cifra de temperatura.

Debido al miedo hacia la fiebre es frecuente que algunos padres presionen a sus médicos para que se les recete antibióticos innecesarios, por la inadecuada percepción de que el tratamiento para la fiebre son los antibióticos y no los antipiréticos; el problema es que más de una tercera parte de los médicos son complacientes ante la exigencia y alimentan dicha creencia.



Fuente: <http://www.guiatucuerpo.com/wp-content/uploads/2015/11/fiebre-tifoidea-enfermo-940x250.jpg>



Fuente: <https://www.buenasalud.net/wp-content/uploads/2013/04/Cómo-bajar-la-fiebre-en-casa.jpg>

Fuente: <http://estaticos.elmundo.es/assets/multimedia/imagenes/2014/01/21/13903319889691.jpg>



Entonces, ¿cuándo se debe dar tratamiento para la fiebre? Lo más recomendable es consultar lo más pronto posible con su pediatra de confianza. Y como ha sido comentado, no enfocarse solo en la cifra de temperatura, si no observar si el niño se encuentra irritable, incómodo, con malestar, decaído, o si existe una situación en la cual no sea posible de ninguna manera que sea valorado por un médico en las próximas horas.

Lo primordial es mantener una adecuada hidratación, ya que la fiebre genera que el organismo pierda agua; además, hay que crear un ambiente adecuado, con ropa ligera (no es recomendable arropar en exceso), vigilar la actividad del niño y mantener una temperatura ambiental adecuada. Si la fiebre causa mucha incomodidad al niño o presenta algu-

na complicación, (o en caso que presente los datos antes comentados) deberá manejarse con antipiréticos.

Así mismo, no es necesario despertar al niño solo para darle una dosis de antipirético en la madrugada, a menos que el sueño se interrumpa por la misma incomodidad que le genere la fiebre, por lo tanto si el niño duerme tranquilo, aunque tenga una cifra de temperatura elevada, es mejor dejarlo dormir y estar al pendiente de su estado general.

Los antipiréticos regresan a una cifra normal el punto de control de la temperatura del termostato, y el cuerpo se encarga de regresar a esa temperatura normal, los antipiréticos no disminuyen la temperatura del cuerpo, por lo que no pueden generar hipotermia. Su uso debe ser racional, pues aunque en general

sean seguros a dosis adecuadas, todos tienen efectos adversos, el efecto adverso más común es daño al hígado.

Son muchos los antipiréticos utilizados, el más utilizado sigue siendo el paracetamol, seguido por el ibuprofeno. Ambos han demostrado ser eficaces para el tratamiento de la fiebre, aunque el ibuprofeno tiene la ventaja de que presenta una mayor duración de su efecto. En el caso del ibuprofeno, y el resto de los medicamentos a excepción del paracetamol, se debe cuidar que el niño mantenga una adecuada hidratación, ya que pueden causar daño al riñón.

Se han utilizado de manera extendida los medios físicos, tanto en casa, como en medio hospitalario, pero se debe tener cuidado en el uso de los mismo, ya que aunque pueden bajar la temperatura, pueden generar que el niño se sienta peor, ya que al no descender el termostato a un punto normal el cuerpo tratará de subir nuevamente la temperatura generando más escalofríos, ocasionando un efecto rebote, incluso con temperatura mayor a la que tenía antes de utilizar los medios físicos. Para evitar el efecto de rebote es recomendable utilizar primero los antipiréticos y esperar un poco para que hagan efecto en el punto de control del termostato.

¿Cómo deben ser los medios físicos? ¿Debo meterlo en agua fría? La manera adecuada es

con baño continuo en agua templada, de preferencia de 35 °C a 36 °C por 20 min, y en caso de escalofríos suspender el proceso. Se debe evitar el uso de agua fría, ya que causa que se contraigan los vasos sanguíneos y puede generar un incremento muy elevado de la temperatura. También se deberá evitar frotar con alcohol, ya que existe el riesgo de absorción por la piel, con graves efectos adversos.

Como conclusión, el mejor manejo para la fiebre es una adecuada información, ya que con una explicación adecuada y el conocimiento de la situación por parte de la familia es posible disminuir la ansiedad y la fobia que se genera hacia la fiebre y lograr un mejor manejo y colaboración. Dicho objetivo, sólo puede alcanzarse mediante la comunicación y el aprendizaje en conjunto del personal de salud, los padres de familia y la promoción de los puntos más importantes para no temerle a la fiebre (Tabla 1). El mejor momento para iniciar esta acción es en una consulta de rutina, en la que el niño no tenga fiebre, y por lo tanto la ansiedad por la fiebre no estará presente. Finalmente, es importante recordar que lo más importante es tratar la causa que dio origen a la fiebre, y antes de pensar en cambiar entre múltiples opciones de tratamientos, ver si el niño realmente presenta irritabilidad o alguna complicación, o solamente está elevada la cifra de temperatura pero con buen estado general, en cuyo caso habrá que esperar a que remita la enfermedad de fondo.



**Figura 1.** Puntos más importantes para no temerle a la fiebre.  
**Referencia:** Avner, J. R. (2009). Acute fever. *Pediatr Rev Jan.*, 30(1), 5-13.

## REFERENCIAS

- Adam, H. M. (2013). Fever: measuring and managing. *Pediatr Rev.*, 34(8), 368-70.
- Avner, J. R. (2009). Acute fever. *Pediatr Rev.*, 30(1), 5-13.
- Ruiz, A. R. (2010). Fiebre en pediatría. *Rev Mex Pediatr*, 77(1), S3-S8.
- Section on Clinical Pharmacology and Therapeutics; Committee on Drugs, Sullivan JE, Farrar HC. Fever and antipyretic use in children. *Pediatrics*. 2011 Mar;127(3), 580-7.