Fiebre en niños: cuándo preocuparse

Para mamás, papás y cuidadores de niños de cualquier edad

La fiebre es una de las razones más comunes de consulta. Casi siempre la causa una infección por virus que el cuerpo controla solo en pocos días. La fiebre en sí no es la enfermedad: es la forma en que el cuerpo se defiende. Para saber si es grave, importa más cómo se ve y cómo se comporta su hijo que el número del termómetro.

ALARMA

Lleve a su hijo a emergencias si tiene alguno de estos signos

- Tiene menos de 3 meses y su temperatura llega a 38 °C o más.
- Está muy dormido, le cuesta despertar o no le responde como siempre.
- Le duele o tiene rígido el cuello.
- Piel pálida, gris o con labios morados.
- Llora sin parar y no hay forma de calmarlo.
- Respira rápido, se le hunden las costillas al respirar o se queja al respirar.
- Tiene manchas moradas o rojas que no se borran al apretarlas con un vaso de vidrio.
- Tuvo una convulsión (ataque).
- No ha orinado en 6 horas o más, o no quiere tomar nada.
- En bebés: la mollera (fontanela, la parte blanda de la cabeza) está abultada.

CONSULTA

Consulte el mismo día si

- Tiene entre 3 y 6 meses y tiene fiebre.
- Tiene fiebre y dolor al orinar, dolor de oído o una herida roja e hinchada.
- Tiene una enfermedad crónica o defensas bajas.
- La fiebre dura más de 3 días, o más de 2 días si tiene menos de 2 años.
- La fiebre se quitó por un día o más y luego volvió.
- Usted siente que algo no está bien. Usted conoce a su hijo.

Qué es fiebre y cómo medirla

Hablamos de fiebre cuando la temperatura es de 38 °C o más. Tocarle la frente no basta para saberlo.

Use un termómetro digital en la axila. Déjelo hasta que suene y anote la hora y el número. Los termómetros de frente o de oído sirven en niños más grandes si se usan como dice el instructivo. No use termómetros de vidrio con mercurio: si se quiebran, el mercurio es tóxico.

Cuidados en casa

Dele líquidos seguido

Agua, suero oral, leche materna o fórmula, sopas. Con fiebre el cuerpo pierde más agua de lo normal.

Ropa ligera

Póngale ropa fresca y una sábana delgada. No lo abrigue de más: eso sube la temperatura.

Dr. Rafael Oscar Santamaría Vásquez · Pediatra e infectólogo · JVPM 16935 · NUE Infectología (CONADEM): INFECT-002-1
Hospital Centro Pediátrico, Clínica 7, Final Diagonal Dr. Luis Edmundo Vásquez #222, Colonia Médica, San Salvador
Lun. a vie. 1:00 a 5:30 p. m. · Sáb. 8:30 a. m. a 12:30 md · Previa cita · Tel. 2530 2083 · WhatsApp 7151 3283 · IG @dr.rafaelsantamaria

La medicina es para que se sienta mejor

El objetivo es que esté cómodo, coma y descanse, no bajar el número a cero. Use el medicamento y la dosis que le indique su médico según el peso. Si duerme tranquilo, no lo despierte para darle medicina.

Paños con agua tibia, si quiere

Pueden ayudar a que se sienta mejor. Si el niño tiembla o llora, quíteselos.

Anote lo que pasa

Apunte la temperatura, la hora de cada medicina, cuánto toma y cuántas veces orina. Lleve las notas a la consulta.

Lo que no debe hacer

- **Bañarlo con agua fría o frotarlo con alcohol.** El agua fría le da escalofríos y el alcohol se absorbe por la piel y puede intoxicarlo.
- **Alternar medicamentos para la fiebre sin indicación.** Aumenta el riesgo de equivocarse de dosis.
- **Darle aspirina.** En niños con infección por virus puede causar una enfermedad grave del hígado y el cerebro (síndrome de Reye).
- **Darle antibióticos que tenga en casa.** La mayoría de fiebres son por virus y los antibióticos no las curan.

Si tiene una convulsión con la fiebre

Algunos niños entre 6 meses y 5 años tienen una convulsión cuando les sube la fiebre. Se ponen rígidos o se sacuden, y no responden. Asusta mucho, pero la mayoría dura menos de 5 minutos y no deja daño.

Acuéstelo de lado en un lugar seguro. No le meta nada en la boca. Mire el reloj. Si dura más de 5 minutos o le cuesta respirar, llévelo a la emergencia más cercana. Aunque se le pase sola, lleve a su hijo a revisión ese mismo día.

Nota: el Hospital Centro Pediátrico cuenta con médicos pediatras de emergencia las 24 horas, los 7 días de la semana, que pueden atender a su hijo en caso de convulsiones.

Fiebre y dengue

En El Salvador, una fiebre alta de un día para otro con dolor de cuerpo, de cabeza o detrás de los ojos puede ser dengue. En ese caso, la etapa de más cuidado empieza cuando la fiebre se quita. Mientras su médico no descarte el dengue, no le dé ibuprofeno ni otros antiinflamatorios. **Vea nuestra guía de dengue en niños en drrafaelsantamaria.com/recursos.html**.

Lo que no es cierto

LO CIERTO

La fiebre por una infección no daña el cerebro.

Lo que puede ser grave es la causa de la fiebre, no la fiebre en sí.

LO CIERTO

Que los dientes estén saliendo no causa fiebre alta.

Si su hijo tiene 38 °C o más, busque otra causa.

LO CIERTO

Que la fiebre no baje con el medicamento no quiere decir que sea grave.

Fíjese en cómo se ve su hijo cuando la temperatura baja un poco.

Esta información es educativa y no reemplaza la consulta médica. Si su hijo tiene dificultad para respirar, está muy decaído, no quiere tomar líquidos o tiene fiebre y es menor de 3 meses, busque atención de emergencia.

Fuentes: National Institute for Health and Care Excellence (NICE). *Fever in under 5s: assessment and initial management* (NG143). 2019, actualizada en 2021. American Academy of Pediatrics. *Fever and Your Baby*. HealthyChildren.org.

Dr. Rafael Oscar Santamaría Vásquez · Pediatra e infectólogo · JVPM 16935 · NUE Infectología (CONADEM): INFECT-002-1
Hospital Centro Pediátrico, Clínica 7, Final Diagonal Dr. Luis Edmundo Vásquez #222, Colonia Médica, San Salvador
Lun. a vie. 1:00 a 5:30 p. m. · Sáb. 8:30 a. m. a 12:30 md · Previa cita · Tel. 2530 2083 · WhatsApp 7151 3283 · IG @dr.rafaelsantamaria