

# Recomendaciones Útiles: FIEBRE

## ¿QUÉ ES LA FIEBRE Y CUÁLES SON SUS CAUSAS?

La fiebre es un aumento de la temperatura del cuerpo. En general, tener fiebre significa tener una temperatura de más de 38 °C. La causa más común de la fiebre es una infección. Estas son algunas de las infecciones comunes que pueden provocar fiebre:

- Un resfriado o gripe
- Una infección de vías respiratorias
- Una infección gastrointestinal

La mayoría de estas infecciones no son graves y se mejoran solas.



## ¿CUÁL ES LA MEJOR MANERA DE TOMAR LA TEMPERATURA?

La temperatura de la axila, el oído y la frente son más fáciles de tomar que las temperaturas rectal u oral, pero no son tan precisas. Al medirse la temperatura, esta puede variar levemente según cómo realice la medición. Para tomar la temperatura:

- Asegure que la zona esté seca y no haya estado en contacto con elementos o líquidos calientes o fríos.
- Coloque la punta del termómetro en la axila o debajo de la lengua.
- Mantenga la postura envolviendo y sujetando el termómetro. La mayoría de los termómetros digitales tardan en torno a 1 minuto.

La temperatura es menos importante que su percepción del malestar. Si cree que tiene fiebre y se siente enfermo, es posible que el/la médico/a o enfermero/a desee verificar su temperatura.



## ¿CÓMO SE TRATA LA FIEBRE?

Depende de la causa. Muchas personas no necesitan tratamiento. Si necesita tratamiento :

- ★ Fármacos como el paracetamol o el ibuprofeno pueden ayudar a bajar la fiebre, pero no siempre son necesarios.
- ★ Antibióticos para combatir la infección. Los antibióticos solo hacen efecto en el caso de infecciones causadas por bacterias y no por virus. Por ejemplo, los antibióticos no hacen efecto en un resfriado en la gripe.



## ¿CUÁNDO CONSULTAR CON SU PROFESIONAL SANITARIO/A?

Póngase en contacto si tiene fiebre y :

- ⚠ Está embarazada
- ⚠ Llegó hace menos de 6 meses de un viaje a África, Asia, Latinoamérica, Oceanía o Medio Oriente
- ⚠ Acaba de salir del hospital, o se sometió a una cirugía u otro procedimiento médico
- ⚠ Está recibiendo quimioterapia y/o radioterapia.
- ⚠ Toma medicinas que inhiben el sistema inmunitario – Algunos ejemplos de estas medicinas son los esteroides y las medicinas utilizadas para prevenir el rechazo después de un trasplante de órgano.

O presenta fiebre y además alguno de estos síntomas :

- ⚠ Sarpullido
- ⚠ Dificultad para respirar o dolor costal
- ⚠ Dolor de cabeza intenso o dolor en el cuello
- ⚠ Crisis neurológica o confusión
- ⚠ Vómitos intensos o diarrea
- ⚠ Dolor intenso en el área del estómago, la espalda o los costados
- ⚠ Cualquier otro síntoma extraño o que le preocupe



También consulte si tiene:

- ⚠ Temperatura superior a 38°C que dura más de tres días.
- ⚠ Una picadura reciente de garrapata

## INFORMACIÓN DE INTERÉS

Decálogo de la tos	Uso seguro paracetamol	Uso seguro ibuprofeno
		



- Podrás acceder a más información clara, independiente y útil sobre el uso seguro de medicamentos en el sitio web dirigido a la ciudadanía, i-botika.
- Accede al documento “ Decálogo de la fiebre ” el sitio web de la Asociación Española de Pediatría de Atención Primaria (AEPap)

