



Febre na criança

UM BOLETIM INFORMATIVO

O QUE É A FEBRE?

A febre consiste na subida da temperatura de, pelo menos, 1º C acima da média da temperatura habitual da pessoa. É uma resposta normal do organismo a várias condições, sendo a mais frequente a infeção por vírus ou bactérias. As viroses são responsáveis pela maioria dos episódios febris e, maioritariamente, duram 4 a 5 dias.



QUANDO SE CONSIDERA QUE UMA CRIANÇA ESTÁ COM FEBRE?

A temperatura corporal depende de vários fatores, nomeadamente do local de medição. Considera-se febre:

- temperatura retal (medida no rabinho) $\geq 38^\circ\text{C}$
- temperatura axilar (medida debaixo do braço) $\geq 37,6^\circ\text{C}$
- temperatura timpânica (medida no ouvido) $\geq 37,8^\circ\text{C}$
- temperatura oral $\geq 37,6^\circ\text{C}$ (DGS, 2017)

"SINAIS DE ALERTA"

- Choro inconsolável, Irritabilidade e/ou gemido mantido;
- Sonolência excessiva ou incapacidade em adormecer;
- Alteração da respiração (dificuldade ou intermitente);
- Aparecimento de manchas na pele nas primeiras 24 a 48 horas de febre;
- Vômitos repetidos entre as refeições ou recusa alimentar completa superior a 12 horas;
- Lábios ou unhas roxas e/ou tremores intensos e prolongados na subida da temperatura;
- Dificuldade em mobilizar um membro ou alteração na marcha, dor intensa ou recusa de colo;
- Urina turva e/ou com mau cheiro;
- Convulsão;
- Febre com duração > 5 dias.

Na presença de um ou mais destes sinais de alerta e/ou ter menos de 3 meses de vida, deve recorrer de imediato a um serviço de saúde.



CONVULSÃO FEBRIL

A convulsão surge com a subida brusca da temperatura sem que os pais se apercebam, pois muitas vezes a criança não apresenta qualquer sinal de estar doente.

O que fazer perante uma convulsão febril?

1. O mais difícil e o mais importante é não entrar em pânico;
2. Anotar as horas em que começou e terminou;
3. Não deve colocar nada na boca da criança;
4. Deitar a criança de lado, num local seguro onde ela não se possa magoar;
5. Despir a criança e reduzir a temperatura ambiente
6. Baixar a temperatura com paracetamol retal;
7. Na 1ª convulsão febril deve dirigir-se a um serviço de urgência;
8. Se não for a primeira convulsão, os pais já devem ter em casa clisteres de Diazepam, um medicamento que se utiliza para parar a convulsão.

MEDIDAS PARA CONTROLAR A FEBRE

- Administrar medicamentos antipiréticos, como o Paracetamol ou Ibuprofeno. Devem ser respeitadas as indicações fornecidas pelo médico assistente, nomeadamente em relação às dosagens e intervalos.
- Adequar o vestuário e a roupa da cama à sensação de frio ou de calor;
- Adequar a temperatura ambiente;
- Oferecer água e alimentos mais líquidos, com maior frequência, para evitar a desidratação;
- Nunca use água fria (banho, compressas...). Lembre-se que deve aliviar o desconforto sentido pela criança. Com a água fria a condição pode agravar, causar tremores que fazem aumentar a temperatura e o desconforto.

Vigie os sinais de alarme.

Se a criança não tiver mais sintomas, deve ir ao médico se a febre persistir além das 72 horas, apesar de estar a cumprir as medidas anteriores.

SABIA QUE...

- O pico de maior ação do paracetamol e do ibuprofeno ocorre cerca de 2 horas depois de serem administrados. Será errado administrar outro antipirético sem ter deixado atuar bem o primeiro.
- É frequente na febre que a temperatura não venha ao normal mesmo sob a ação de um destes antipiréticos. Considera-se que foram eficazes se a mesma baixar pelo menos 1,5°C em relação à temperatura inicial. Em ambos, a sua duração de ação é de apenas 4 a 6 horas.
- Não administrar ibuprofeno a crianças com idade inferior a 6 meses, na varicela, perante diarreia e vômitos moderados a graves e se a criança tiver uma alergia a qualquer medicamento anti-inflamatório.

LEMBRE-SE...

- Ler bem a prescrição, a dose e a frequência recomendada pelo seu médico.
- A medicação antipirética não é inofensiva.
- Deve manter a criança longe do seu acesso.
- Não deve deixar as crianças brincarem com as caixas ou embalagens vazias.
- Deixar todos os medicamentos fora do alcance das crianças.

Em caso de dúvida consulte o seu Pediatra/Médico Assistente ou o Centro de Contacto SNS 24 (808 24 24 24)

Centro Comunitário de Tires • Instituto dos Afetos • Rua Principal do Alto do Espargal – Caparide • 2785-046 S. Domingos de Rana
Tel. 21 464 78 71 • Fax. 21 464 78 76 • E-mail: institutoafetos@cctires.org



O tratamento da febre não tem como objetivo obter a normalização da temperatura corporal, mas somente minimizar o desconforto da criança



Uma dúvida frequente que os pais têm é se devem levar as crianças para a escola com febre, mesmo depois de terem dado um antipirético como o paracetamol (Ben-U-Ron®)?

"Na minha opinião, uma criança com febre não deve ir à escola. Agora compreendo, e sendo mãe também, que não é fácil termos sempre alguém disponível para ficar em casa com a criança ou ficarmos nós próprios, devido aos compromissos laborais que todos temos. Por um lado, a febre, só por si, é um sintoma muito pouco específico. Se damos um antipirético e a criança começa logo a brincar, temos de dar tempo para ver como os sintomas evoluem, mas ficar com a criança resguardada em casa e vigiá-la".

Dra. Andreia Mota

Entrevista disponível em:

[https://www.cintramedica.pt/saberprevenir/instrucoes-para-os-pais-como-lidar-com-o-primeiro-dia-na-creche-\(e-nos-seguintes](https://www.cintramedica.pt/saberprevenir/instrucoes-para-os-pais-como-lidar-com-o-primeiro-dia-na-creche-(e-nos-seguintes)