

FEBRE



O corpo humano posúe un centro termorregulador, que se encarga de que a temperatura se mantéña sempre entre uns límites, independentemente da temperatura ambiental. Considéranse normais os valores comprendidos entre 36 e 37 graos centígrados. A febrícula defíñese entre 37 e 38 graos. Respecto a febre, considérese con valores superiores aos 38 graos (a temperatura medida no recto adoita ser 0,5 graos maior que a real).

Nalgúnsas ocasións, e en resposta a certas agresións infecciosas ou non (inflamacións, enfermidades internas...), o organismo sofre unha elevación da temperatura que serve para potenciar a acción dos seus mecanismos de defensa.

Coincidente coa febre, adoitan aparecer uns síntomas atribuíbles ao propio incremento da temperatura como son: dor de cabeza, dores musculares, sudación, calofríos, aumento da frecuencia cardiorrespiratoria e escurecemento dos ouriños.

Que facer:

- Beba auga en maior cantidade do habitual.
- Mantéña un ambiente axeitado na habitación.
- Coloque compresas de auga morna sobre a fronte, o colo, as axilas e as inguas; ou realice baños de auga morna.
- Utilice fármacos antitérmicos (paracetamol, ácido acetilsalicílico, ibuprofeno ou metamizol) con prudencia. Sempre que non existan alerxias nin contraindicacións.
- Vixía a aparición de síntomas de gravidade: dor abdominal ou lumbar importante, fixa e progresiva; rixidez de caluga; dor torácica ou dificultade respiratoria severas; cefalea que non cede con analxésicos; manchas cutáneas en distintas localizacións; irritabilidade e choro continuo e inconsolable en nenos pequenos ou alteracións da consciencia.
- Consulte cun médico sempre que aparezan síntomas de gravidade: chame ao 061.
- Se ten algunha dúbida sobre o tratamento ou as medidas da toma, chame ao teléfono de consulta sanitaria



Clasificación

Categorías:

- Temas, Consellos sanitarios
- Colectivos, Cidadanía

Que evitar:

- Abusar da medicación antitérmica.
- Autoadministrarse antibióticos.
- Infravalorar os síntomas acompañantes.
- Empregar baños de auga xeadas.