

Consigli ai genitori



# La FEBBRE



## Che cos'è

Si parla di febbre quando la temperatura corporea raggiunge o supera i 38 gradi; se la temperatura è di 37-37.5°C si definisce febbricola. Molti genitori si preoccupano molto quando il loro bambino presenta febbre, ma bisogna dire che in un bambino la febbre capita spesso e nella maggioranza dei casi regredisce da sola, senza particolari terapie.

**COME E DOVE MISURARE LA TEMPERATURA? Il modo più semplice per capire se il vostro bambino ha la febbre è quello di misurare la temperatura con un idoneo termometro: meglio utilizzare quelli che si mettono sotto l'ascella, anche nei bambini piccoli.** Possono essere tradizionali, al gallo, che hanno bisogno di 3-4 minuti di attesa, oppure quelli digitali, più rapidi nella lettura. I termometri a raggi infrarossi che si avvicinano alla fronte sono più comodi e pratici, ma meno affidabili; la stessa cosa succede con il termometro auricolare, a meno che sia un modello professionale.

## Da cosa dipende

La maggior parte delle febbri è causata da infezioni virali o batteriche. **Sappiate però che la temperatura corporea alta rende più difficile la sopravvivenza degli stessi microbi, sia batteri che virus: per questo LA FEBBRE NON DEVE ESSERE CONSIDERATA UNA MALATTIA**, da combattere, ma anzi aiuta a sconfiggere i germi che la provocano perché fa circolare più velocemente il sangue e quindi fa attivare e arrivare prima le cellule di difesa nei punti dell'organismo colpiti dalla infezione.

**Le condizioni più comuni che causano febbre includono:**

- Infezioni delle alte vie respiratorie
- Influenza
- Covid 19
- Otitis
- Malattie con macchie sulla pelle (esantemi)
- Tonsillite
- Infezioni delle vie urinarie
- Malattie infettive come varicella o pertosse
- Vaccinazioni

**Qualche volta la temperatura elevata è associata a sintomi importanti e seri, come:**

- Difficoltà a respirare
- Vomito
- Esantema
- Convulsioni
- Infezioni batteriche gravi come:
  - Meningite (infiammazione delle meningi, le membrane che rivestono e proteggono il cervello e il midollo spinale)
  - Setticemie (infezioni che si diffondono nel sangue)
- Polmoniti

**È importante ricordare che queste situazioni sono rare.**

**N.B. Ricordate:** ci sono condizioni particolari che possono far variare la temperatura di pochi decimi di grado: un ambiente troppo caldo o un abbigliamento eccessivo; il momento della digestione dopo un pasto principale; un'attività sportiva o motoria intensa.

**Un errore comune è pensare che la dentizione causi febbre:** il bambino in questo caso risulta più irritabile o noioso, ma non febbre.

# Medicine sì o no?

I farmaci antifebrili vanno somministrati se la febbre è causa di "disagio": di solito ciò si verifica per temperature superiori ai 38.5°C ascellari, ovvero ai 39°C rettali o auricolari.

Se invece la febbre è di lieve entità, se il bambino è abbastanza tranquillo e non lamenta dolori, di solito non è necessaria alcuna terapia medica.

Il farmaco di prima scelta è il **paracetamolo** (di cui esistono le formulazioni in supposte, gocce, bustine e sciroppo). Si può ripetere ogni 4-6 ore nella quantità raccomandata dal vostro pediatra e calcolata secondo il peso corporeo del bambino.

L'**ibuprofene** (dai 3 mesi in poi) si somministra, se necessario,

ogni 6-8 ore, alle dosi consigliate dal pediatra. Il farmaco abbassa la febbre dopo circa 1 ora, e la sua efficacia persiste di solito per 4-5 ore.

L'**ibuprofene** non è raccomandato in bambini con varicella o in stato di disidratazione.

Usate solo uno dei due farmaci per volta: è dimostrato che dare alternativamente il paracetamolo e l'ibuprofene non migliora la risposta antifebrile e può causare intossicazione del rene e del fegato.

L'acido acetilsalicilico (aspirina) è molto efficace per ridurre la febbre, ma non deve essere usato nei bambini al di sotto dei 16 anni, in quanto controindicato.

## Portate il bambino in PRONTO SOCCORSO se



- non riesce a restare sveglio (sonnolenza eccessiva)
- è presente un forte stato confusionale
- non si regge in piedi o seduto
- ha gravi difficoltà respiratorie (dispnea)
- presenta labbra, lingua o unghie blu
- ha un mal di testa molto intenso
- presenta rigidità al collo
- in caso di convulsioni

## CONSIGLI PRATICI, anche in attesa di consulto



- date da bere spesso e a piccoli sorsi acqua fresca per idratarlo
- continuate l'allattamento materno, ma anche quello artificiale, proponendogli frequentemente il latte
- non forzate, se non ha fame
- cercate di spogliarlo o comunque di tenere abiti leggeri che favoriscano la traspirazione, se l'ambiente ha una temperatura idonea sui 20°C
- non sono raccomandate spugnature fredde per ridurre la febbre: danno un effetto transitorio e limitato

## CHIAMATE il pediatra se



- il piccolo ha meno di tre mesi e ha 38°C o più di febbre
- ha più di 3 mesi e presenta febbre superiore ai 39°C
- la febbre dura da più di 2 giorni
- sospettate che la febbre, anche sui 37.5°C sia in relazione al Covid-19
- in presenza di altri sintomi come mal di gola, male alle orecchie, tosse
- nel caso in cui la febbre, anche se molto leggera, persiste da una settimana o più
- in presenza di manifestazioni cutanee
- lamenta dolore a urinare
- presenta disturbi generali come vomito persistente, rifiuto dei pasti, flaccidità o sonnolenza



a cura del Dott. Leo Venturelli, pediatra

Con il contributo  
non condizionante di:



Con il Patrocinio di:

