

PONTOS – CHAVE

- **A febre é apenas um sintoma e não uma doença.** Trata-se de uma manifestação do organismo, decorrente do combate às infeções e, por esse motivo, benéfica. Quando as situações com febre são graves (cerca de 5% dos casos), existem sempre outras manifestações clínicas associadas que são os chamados “sinais de alerta”.
- O tratamento com antipiréticos não encurta os dias de duração da febre nem contribui para a resolução da doença causal. Se a temperatura não voltar ao normal após a administração dos antipiréticos, não é sinal de gravidade desde que baixe de 1º a 1,5ºC;
- O tratamento da febre não serve para prevenir convulsões febris que, globalmente, são pouco comuns (inferior a 1% dos episódios febris até aos 2 anos, diminuindo muito o risco depois dessa idade). As convulsões assustam quem as presencia, mas, em regra, não provocam danos cerebrais;
- Na fase de subida da febre o arrefecimento (com banho, compressas húmidas, álcool ou ventoinhas) está desaconselhado: não contribui para o controlo da doença, nem para o bem-estar da criança;
- A presença de “sinais de alerta”, o estado geral da criança e ter menos de 3 meses de vida, são mais importantes do que os graus da temperatura ou a duração da febre;
- A presença ou ausência dos “sinais de alerta” define a necessidade de recorrer aos cuidados de saúde, independentemente dos dias de duração da febre;
- As viroses são responsáveis pela maioria dos episódios febris, duram em média, 4 dias completos (apenas 30% dos casos 5 dias ou mais).

Se tiver dúvidas contate a Equipa de Enfermagem de Saúde Infantil

Elaboração: Equipa de Enfermagem de Saúde Infantil

Revisão: Equipa de Comunicação, Equipa PSE SIJ

Imagem: <https://pt.dreamstime.com/ilustra%C3%A7%C3%A3o-stock-ambul%C3%A2ncia-dos-desenhos-animados-image64837648>

Referências: DGS (www.dgs.pt)

Elaborado em: 24-07-2019

Ref.ª USIFaial: 01|66|01

© Unidade de Saúde da Ilha do Faial



FEBRE NA CRIANÇA/ADOLESCENTE



O que é a febre?

Considera-se febre a subida de, pelo menos, 1°C acima da média da temperatura basal diária, em função do local de medição. Na ausência do conhecimento da temperatura basal, considera-se febre perante os seguintes valores de temperatura:

a) Retal–38ºC b) Axilar–37,6ºC c) Timpânica–37,8ºC d) Oral–37,6ºC

Tel: 292 207 200

E-mail: sres-usifaial@azores.gov.pt

Como medir a temperatura?

Existem vários tipos de termómetros, cuja utilização correta é essencial.

a) Temperatura retal: é o método mais rigoroso. Com a criança deitada de costas, deve introduzir-se a ponta flexível do termómetro em cerca de 3 cm no ânus, num trajeto paralelo às costas da criança. A leitura com o termómetro digital faz-se ao 1º toque e com o termómetro de galinstan aos 3 minutos. 

b) Temperatura axilar: é um método prático, ainda que não tão preciso como o retal. O termómetro deve ser colocado na axila, mantendo-se o braço firmemente encostado ao tronco, durante 5 minutos, ao fim dos quais deve-se fazer a leitura. O termómetro digital deve-se colocar, só depois de ligar e fazer a leitura depois do 1º toque.

c) Temperatura timpânica: só se deve utilizar a partir dos 3 anos. 

d) Temperatura oral: só deve ser utilizada a partir dos 5 anos.

Numa criança com febre, quais os sinais “tranquilizadores”?

A criança brinca e tem atividade normal, come menos mas não recusa os alimentos líquidos, tem sorriso aberto ou fácil, acalma ao colo e fica com um comportamento quase habitual.

Dor a engolir com placas brancas na garganta, gengivas dolorosas, vermelhas, sangrantes, aftas orais, mas não recusa alimentos, diarreia ligeira (ou moderada).

Tosse seca e irritativa muito frequente, sendo o sintoma que mais perturba a criança, pieira sem dificuldade respiratória.

Olhos vermelhos com secreções, manchas vermelhas dispersas, que surgem só a partir do 4º dia de febre.

Embora possam ser incomodativas para a criança e exigirem consulta médica, estes sinais sugerem doença sem gravidade.

Como ajudar a criança/adolescente com febre?

a) Oferecer água e/ou leite, adequar o vestuário e a roupa da cama à sensação de frio ou de calor e respeitar o apetite;

b) Se está confortável não é preciso baixar a temperatura, mas sim vigiar se surgem os “sinais de alerta”;

d) Se está desconfortável, deve tomar um antipirético (que também é analgésico, isto é, alivia a dor), mas não se deve fazer arrefecimento (banho, compressas, ventoinhas) para baixar a temperatura.

Como administrar o antipirético (medicamento para baixar a temperatura)?

a) Utilizar o paracetamol respeitando a posologia prescrita pelo médico ou de acordo com a descrita no folheto informativo que acompanha a embalagem do medicamento que vai ser administrado;

b) Nos casos de alergia ao paracetamol poderá administrar-se ibuprofeno, mas não dar nas seguintes situações: em idade inferior a 6 meses, varicela, perante diarreia e vómitos, se tiver uma alergia a medicamento anti-inflamatório;

c) Não há necessidade, nem deve ser rotina, utilizar dois antipiréticos alternadamente, devendo considerar-se que o antipirético é eficaz se baixar a temperatura de 1º a 1,5ºC dentro de 2 a 3 horas;

d) O objetivo do antipirético é aliviar o desconforto da criança e não eliminar a febre a todo o custo. Mesmo não medicada, a temperatura acabará, em regra, por baixar espontaneamente algumas horas depois. Mas voltará a subir ao fim de poucas horas, e assim sucessivamente, até a doença passar.

Quais são os “sinais de alerta” numa criança com febre?

a) Irritabilidade, gemido mantido;

b) Sonolência excessiva ou incapacidade em adormecer;

c) Convulsão;

d) Aparecimento de manchas na pele nas primeiras 24-48 horas de febre;

e) Respiração rápida ou dificuldade em respirar;

f) Vómitos repetidos entre as refeições;

g) Recusa alimentar completa superior a 12 horas, principalmente em criança com menos de 1 ano, sede insaciável;

h) Dor perturbadora, choro inconsolável ou criança que não tolera o colo;

i) Calafrios;

j) Lábios ou unhas roxas na subida da temperatura;

k) Dor ou dificuldade em mobilizar um membro ou alteração da marcha;

l) Urina turva ou com mau cheiro.

Quando é que deve recorrer a um serviço de saúde em caso de febre?

a) Com idade inferior a 3 meses (idade corrigida se nasceu prematura);

b) Com idade inferior a 6 meses com temperaturas iguais ou superiores a 40ºC;

c) Temperaturas axilares superiores a 40ºC ou retais superiores a 41ºC;

d) Na presença de um ou mais “sinais de alerta”;

e) Se tem uma doença crónica grave;

f) Com febre há 5 ou mais dias, ou se a febre reaparecer após 2 a 3 dias de temperaturas normais.



