

www.consumer.es

Los expertos recomiendan el uso de termómetros digitales y, en los niños más pequeños, la medición de la temperatura por vía rectal

- Por [CRISTIAN VÁZQUEZ](#)
- 29 de septiembre de 2016

Los bebés y niños pequeños **tienen** [fiebre](#) **bastante a menudo**, la mayoría de las veces por motivos que no revisten mayor importancia. Pero es fundamental conocer las formas recomendadas por los especialistas para comprobar su temperatura corporal. Este artículo aborda **el significado y las**

causas más comunes de la fiebre

. Explica también

cómo medir la fiebre en bebés de menos de tres meses, de qué manera tomarla desde ese momento y hasta los tres años y cómo hacerlo a partir de esa edad

. Además, detalla

a partir de qué temperatura se considera fiebre y cómo actuar en cada caso

La fiebre, su significado y sus causas

La presencia de fiebre en los bebés es uno de los motivos más recurrentes de preocupación en los padres. Una intranquilidad que a veces resulta exagerada, ya que en ocasiones [la fiebre es beneficiosa para los niños](#)

. Y es que la fiebre es

"una de las defensas que tiene el organismo frente a diferentes gérmenes"

, en palabras de la '

[Guía práctica para padres. Desde el nacimiento hasta los 3 años](#)

', editada en 2014 por la Asociación Española de Pediatría (AEP). Alcanzar una temperatura superior a la habitual permite al cuerpo atacar esos gérmenes y, por lo tanto, defenderse de la enfermedad.

En general, la **causa** más común de la [fiebre](#) son las infecciones "víricas, agudas y benignas"

como las respiratorias, las gastrointestinales o las urinarias, informa la AEP.

De todos modos, siempre es bueno **determinar cuándo el niño tiene realmente fiebre**, de manera que se pueda actuar, si es necesario, contra el problema que la está causando. El método más apropiado para medir la fiebre con exactitud varía en función de la edad del bebé, tal como se explica a continuación.

Cómo medir la temperatura a un bebé de hasta tres meses

Las mediciones más precisas de la temperatura corporal son las que se realizan por vía rectal y axilar por medio de un termómetro digital. Como durante los primeros tres meses de vida los niños no suelen permitir una medición correcta en la axila, debido a que se mueven mucho, la que se considera más apropiada al principio es la **rectal**. Esto genera en muchas personas el temor de hacer daño al bebé, por ejecutarlo de forma incorrecta o a causa de un movimiento brusco por parte del pequeño. Hay termómetros diseñados de manera específica para este tipo de medición, con un tope que impide que por accidente se introduzca demasiado en el recto del niño. Por otra parte, también se recomienda lubricar el termómetro con vaselina o aceite.

La postura correcta para realizar esta medición es colocar al bebé boca abajo y separar las nalgas con los dedos de una mano, mientras con la otra se sostiene el termómetro. El termómetro se debe mantener allí **durante unos dos o tres minutos**, aunque es frecuente que los fabricantes indiquen el tiempo apropiado para cada instrumento; incluso algunos aparatos emiten un pitido cuando han concluido su medición.

Comprobar la temperatura del niño entre los tres meses y tres años

A partir de los tres meses y hasta los tres años de edad, el método más preciso sigue siendo el rectal, pero también se puede recurrir ya con menores dificultades a tomar la temperatura por vía **axilar**.

Para hacerlo, en primer lugar hay que limpiar la axila con una toalla seca y mantener la axila cerrada durante unos minutos. Luego, se abre y se coloca el termómetro, con especial cuidado de que toda la superficie encargada de registrar la temperatura quede cubierta por el brazo del niño, **sin que el extremo salga** y quede libre por el otro lado, ni que entre en contacto con ninguna prenda de ropa.

La postura recomendada, en este caso, es con **el bebé sentado sobre la falda**: con un brazo se le rodea el cuerpo para sujetarlo, mientras con el otro se sostiene el termómetro. En general, el tiempo que hace falta para medir la temperatura en la axila es algo superior al necesario para hacerlo por vía rectal, pero ya muchos termómetros electrónicos emiten una señal sonora cuando han terminado su trabajo.

Niños mayores de tres años

En torno a los tres años de edad, en general los niños ya empiezan a cooperar con la medición de la temperatura, de modo que esta ya no supone un problema. La AEP explica que a partir de este momento ya se puede tomar la temperatura **por vía oral**, a menos que el niño tenga tos o congestión nasal y esto le impida mantener la boca cerrada durante el tiempo necesario para la medición. En tales situaciones, lo más adecuado es controlar la temperatura **axilar**

. A partir de estas edades, ya no son aconsejadas las mediciones por vía rectal.

A partir de qué temperatura se considera fiebre y cómo actuar

La AEP detalla en su documento los distintos grados de fiebre en función de la temperatura corporal y qué se debe hacer en cada caso. La temperatura normal para el cuerpo humano se halla entre los 36 y 37 °C.

Quando se registra **entre los 37,1 y 38 °C se considera febrícula**. En estos casos "**no se recomienda su tratamiento**"

. Si el niño se encuentra bien, hay que "ofrecerle abundantes líquidos y mantenerle fresco con poca ropa" y no abusar de medicamentos para bajar la temperatura. En caso de que la situación se extienda en el tiempo, habrá que acudir al pediatra para que le revise.

A partir de los 38,1 °C sí se habla de fiebre: leve, si no es superior a 38,5 °C; moderada, hasta los 39 °C; y alta, si supera esta marca. Hay que acudir al pediatra, que indicará antitérmicos y valorará las causas de esta situación. Esto se puede complementar, indica la guía de la AEP, con "la ingesta de abundantes líquidos, paños húmedos en la frente (a temperatura ambiente, nunca demasiado fríos, ni con hielo), así como baños en agua tibia durante 15 o 20 minutos".

Y si la temperatura se mantiene **por encima de 39,5 °C**, será fundamental consultar al pediatra de nuevo, aunque hay que tener presente que no siempre mayor temperatura equivale a mayor enfermedad, de modo que conviene mantener la calma.

Tipos de termómetros

Siempre, en todos los casos, los termómetros más recomendados por su eficacia, rapidez y seguridad son los **digitales**.

Los de **mercurio** también son precisos, pero desde 2009 la Unión Europea prohibió su fabricación y comercialización, debido al riesgo que implica esa sustancia en caso de que el instrumento se rompa.

Los termómetros **de oído** permiten una medición mucho más veloz, pero su precisión todavía está en tela de juicio. Además, son muy caros y no se pueden usar en menores de seis meses.

Otros tipos de termómetros, como los **de chupete** y los de **tiras plásticas**, no se consideran fiables.

- See more at:

<http://www.consumer.es/web/es/bebe/bebes/un-mes/2016/09/29/224340.php#sthash.0pk8GAYg.dpuf>