

Hablemos Acerca De...

La fiebre y cómo leer los termómetros

A todos los niños les da fiebre de vez en cuando. Por lo general, la mayoría de las veces no indica nada serio. La fiebre en sí misma no causa ningún daño y realmente puede llegar a ser buena. A menudo, es la forma que tiene el cuerpo para combatir las infecciones.

Pero cuando su niño se despierta en la mitad de la noche sonrojado, caliente y sudoroso, es fácil no sentirse seguro de qué se debe hacer. El primer paso es sacar un termómetro y revisar al niño. Si el niño se siente enfermo, es importante tomar su temperatura con un termómetro. La lectura de la temperatura en un termómetro le puede decir si su niño tiene fiebre.

Muchos termómetros tienen dos escalas de temperatura. Una dice "F", que significa Fahrenheit. La otra dice "C", que representa Celsius. Estos dos sistemas son igual de buenos. Las temperaturas que oye en los pronósticos del tiempo se informan en Fahrenheit. Sin embargo, los trabajadores de atención médica a menudo utilizan Celsius.

¿Cuál es la temperatura normal para mi niño?

Una temperatura normal medida en la boca es de 98.6 °F (37 °C) y puede estar entre 97 °F y 99 °F (36.1 °C a 37.2 °C). Las diferentes personas tienen temperaturas corporales ligeramente diferentes. La temperatura normal de su niño puede ser ligeramente más alta en la noche que en la mañana.



¿Cuándo debo tomar la temperatura del niño?

La fiebre puede cambiar la apariencia de su niño. Tome la temperatura del niño si tiene cualquiera de los siguientes síntomas:

- Sudoración
- Cara sonrojada
- Somnolencia inusual
- Poco apetito
- Piel seca y caliente
- Respiración inusual
- Síntomas de resfriado
- Se siente caliente al tacto

Termómetro	Temperatura normal	Fiebre
Oral (en la boca)	95.9 °F – 99.5 °F (35.5 °C – 37.5 °C)	99.6 °F (37.6 °C) y superior
Rectal	97.9 °F – 100.4 °F (36.6 °C – 38 °C)	100.5 °F (38.1 °C) y superior
Temporal (la frente)	96.4 °F – 100.4 °F (35.8 °C – 38 °C)	100.5°F (38.1°C) y superior
Timpánica (oído)	96.4 °F – 100.4 °F (35.8 °C – 38 °C)	100.5 °F (38.1 °C) y superior
Axilar (debajo del brazo)	94.5 °F – 99.1 °F (34.7 °C – 37.3 °C)	99.2 °F (37.4 °C) y superior

¿Cómo tomo la temperatura de mi niño?

Al tomar la temperatura de su niño se pueden utilizar muchos métodos diferentes. Según cuál método le funciona mejor a usted y su niño, es importante saber cómo utilizarlo. La mejor manera de hacer esto es preparar los suministros antes de la lectura. Después de que tome la temperatura de su niño, lávese las manos y limpie la punta del termómetro con alcohol y guárdelo en un lugar seguro.

Antes de tomar la temperatura de su niño debe:

- Lavarse las manos con jabón y agua tibia, o utilice un desinfectante para las manos.
- Revise la caja para asegurarse de que utilice el termómetro correctamente.
- Quédese con su niño hasta que obtenga la lectura del termómetro.

Según cuál termómetro utilice, la lectura de la temperatura será por medio de sensores electrónicos de calor o un escáner infrarrojo.

Tipo de termómetro	Mejor para	Cómo utilizarlo
Oral	4 años y mayor (que no morderá el termómetro)	Ponga la punta del termómetro debajo de la lengua del niño. Cierre los labios del niño con cuidado alrededor del termómetro.
Temporal	Niños de cualquier edad (los termómetros para colon y recto son los más fiables para los niños mayores).	Prenda el termómetro y páselo por la frente de su niño. Luego, lea el número.
Timpánico	6 meses y mayor	Prenda el termómetro y póngalo en el oído de su hijo. Revise las instrucciones para asegurarse de que lo introduzca lo suficientemente profundo dentro del canal del oído. Sosténgalo en su lugar hasta que el termómetro pite y retírelo.
Rectal	0 a 4 años	Recubra la punta del termómetro con un lubricante, como vaselina. Acueste al niño sobre el estómago. Abra las nalgas hasta que pueda ver el orificio anal. Inserte el termómetro con cuidado dentro del ano, no más de media pulgada. Retire el termómetro después de que pite.
Axilar	3 meses y mayor (la lectura de la temperatura axilar es la menos precisa)	Ponga el termómetro sobre la piel desnuda de la axila. Pídale al niño que apriete su brazo firmemente contra su cuerpo.

Los termómetros digitales han reemplazado los termómetros de mercurio, debido a que el mercurio es peligroso. La Academia Americana de Pediatría recomienda utilizar termómetros digitales en vez de termómetros de mercurio.

Si un termómetro de mercurio se rompe, no toque el mercurio; es muy venenoso. Utilice guantes y una toalla desechable para recogerlo. Luego, llame al departamento de salud para obtener ayuda sobre cómo desechar los termómetros de mercurio. El mercurio es un desecho peligroso y no se puede poner en la basura de la casa.

