

Consigli per la Febbre

La febbre è il più comune segno di malattia che si manifesta a causa di un'infezione e rappresenta un meccanismo di difesa dell'organismo all'attacco da parte di virus o batteri: non è la malattia!! e se non si accompagna a segni di malessere generale non va combattuta: la febbre è amica e non nemica dei bambini.

Si considera febbre un aumento della temperatura corporea superiore a 37,5°.

La temperatura corporea varia da persona a persona, durante l'arco della giornata e può essere più elevata in alcune occasioni: durante il sonno, subito dopo i pasti, dopo uno sforzo, in caso di riscaldamento eccessivo dell'ambiente.

La misurazione più attendibile è in sede ascellare con l'utilizzo di un termometro elettronico a bulbo allungato e flessibile.

COSA FARE QUANDO IL BAMBINO HA LA FEBBRE

Quando un bambino presenta un aumento della temperatura non si deve valutare solo l'entità della febbre e non avere fretta di abbassarla ad ogni costo, ma considerare la presenza di altri segni e le condizioni generali del bambino.

- Fare bere liquidi a volontà (soluzioni reidratanti, acqua, the, camomilla).
- Non forzare il bambino a mangiare, ma offrirgli pasti piccoli e frequenti.
- Non coprirlo eccessivamente e non aumentare la temperatura ambientale.
- Coprire il bambino solamente quando ha freddo e presenta brividi.

I farmaci antifebbrili vanno utilizzati solo nei casi in cui il bambino presenti segni di malessere generale e disagio (pianto continuo, cefalea, dolori...), in quanto questi farmaci non curano la malattia e non hanno alcuna influenza sulla sua durata.

È normale che la febbre risalga dopo 2-3 ore, finito l'effetto del farmaco, e che alcune volte il farmaco antifebbrile non abbassi molto la temperatura cutanea. Gli unici antifebbrili raccomandati nei bambini sono paracetamolo e ibuprofene. La dose deve essere calcolata in base al peso del bambino (non all'età) e devono essere utilizzati solo i dosatori della confezione e non cucchiari o cucchiaini. Anche i farmaci antifebbrili possono essere tossici e non si deve mai superare la dose giornaliera prevista (nessun farmaco è privo di effetti collaterali!!)

SEGNALI DI ALLARME

È necessaria una valutazione medica in tempi brevi, se il bambino presenta:

- età inferiore ai 6 mesi (particolare attenzione sotto il mese di vita)
- pianto debole ed ininterrotto (non forte e valido)
- scarsa risposta agli stimoli (indifferenza per cose e persone care)
- eccessiva sonnolenza (non si sveglia se stimolato)

COSA NON FARE PER ABBASSARE LA FEBBRE

Sono assolutamente sconsigliati mezzi fisici per abbassare la temperatura: spugnatura o bagno con liquidi tiepidi, borse del ghiaccio e la frizione della cute con alcool.

È sconsigliabile l'uso combinato o alternato di paracetamolo e ibuprofene perché aumenta la tossicità.

Non utilizzare cortisone per abbassare la febbre.

Non utilizzare antibiotici per la febbre: non abbassano la temperatura!

DA RICORDARE (LUOGHI COMUNI DA SFATARE)

L'entità della febbre non è correlata alla gravità dell'infezione.

La febbre non provoca la meningite: è la meningite che si presenta con la febbre!

Le convulsioni febbrili non dipendono direttamente dalla febbre, si presentano in bambini predisposti (familiarità per convulsioni febbrili) e non sono prevenute dagli antifebbrili.

FARMACI ANTIFEBBRILI

- **Paracetamolo** (*Tachipirina, Sanipirina, Efferalgan, Acetamol, etc*)
Si può usare fino dalla nascita.
È commercializzato sotto varie forme: gocce, sciroppo, supposte, bustine, compresse.

Dose per via orale: 10-15 milligrammi per ogni kg di peso.

Gocce : 4 gocce per ogni kg di peso.

Sciroppo: 1 millilitro ogni 2 kg di peso.

*da ripetere se necessario ogni 5-6 ore
non più di 4 volte al giorno*

Dose per via rettale: 20 milligrammi per ogni kg di peso

Da utilizzare solo se oltre la febbre è presente vomito

- **Ibuprofene** (*Nurofen, Antalfegal, Fevralt, Sinifev, Moment Kid, etc...*)
Si può usare dai 3 mesi di vita.
È commercializzato sotto forma di sciroppo e compresse.
Non usare in caso di varicella, nel sospetto di broncopolmonite o in stato di disidratazione.

Dose per via orale: 10 milligrammi per ogni kg di peso del bambino, suddivisa in 3 somministrazioni (ogni 8 ore).

Sciroppo: metà del peso corporeo in millilitri, da ripetere, se necessario, fino ad un massimo di 3 volte al giorno.