



## 8 mitos e verdades sobre febre

Ao notar a criança um pouco mais quente do que o normal, muitos pais entram em estado de alerta. A febre, para muitos, ainda é sinal de que algo grave está acontecendo com o organismo dos pequenos. Na verdade, o aumento da temperatura corpórea nem sempre precisa causar tanta preocupação, a não ser em casos muito específicos, que exigem avaliação imediata.

No geral, trata-se de uma resposta normal a uma infecção viral ou bacteriana não grave, algo a que crianças estão sujeitas ao longo da infância, principalmente porque seu sistema imunológico ainda está em desenvolvimento. Mesmo assim, a febre está cercada por tabus, temores e mitos que merecem ser discutidos.

Separamos, abaixo, alguns deles e a explicação por trás de pontos polêmicos sobre a febre e a melhor forma de lidar com ela, sem pânico. Veja:

### 1. Qualquer aumento de temperatura significa febre

Não necessariamente. Em primeiro lugar, é importante entender que temperatura indica um quadro de febre. Isso não é fácil porque a temperatura pode variar de acordo com alguns fatores<sup>1</sup>, como idade, ciclo circadiano, temperatura ambiental elevada e local de medição (axilar, bucal ou retal). De modo geral, os serviços de emergência médica consideram febre se a temperatura medida for maior do que 37,8o5.

### 2. Febre indica um problema grave

Nem sempre. Apesar de causar preocupação, o estado febril nas crianças indica, na maioria das vezes, uma doença infecciosa viral, geralmente benigna. Pode ser também uma infecção bacteriana não grave, como uma amigdalite. Tudo depende dos sintomas de alerta que acompanham a febre, como calafrios, e da sua duração.

Quando o aumento da temperatura é um achado isolado, no entanto, trata-se de uma condição denominada "febre sem foco", em que os pacientes são portadores de uma infecção viral benigna ou de bacteremia oculta, como explicaremos mais adiante.

### 3. Ela sempre causa convulsão

Não, só em febres de instalação súbita, em crianças de seis meses a três anos, geneticamente predispostas. Além disso, vale ressaltar que crianças de mais de um ano de idade, que já tiveram febres acima de 38,7 °C e não tiveram convulsões dificilmente enfrentarão esse tipo de problema.

#### 4. Febre causa lesão cerebral

Essa é uma preocupação muito comum entre os pais, já que a febre é cercada por mitos e tabus. Atualmente, sabe-se que as convulsões febris não acarretam o risco de lesão cerebral - a não ser em febre acima de 41,5 °C. Antes de pensar nisso, é importante identificar a causa da febre, que pode ter relação com uma infecção viral benigna e, em casos mais sérios, bacteremia oculta.

A bacteremia oculta é mais comum em casos de febre sem foco, ou seja, quando o estado febril não tem um foco definido. A febre da bacteremia pode se resolver espontaneamente ou evoluir para uma infecção bacteriana focal, como a meningite. O acompanhamento do pediatra é fundamental para avaliar a gravidade do quadro.

#### 5. É perigoso dar antitérmico

Alguns pais acreditam que deixar a criança com febre, sem nenhum medicamento, auxilia o diagnóstico. Na verdade, especialistas afirmam que oferecer um antitérmico num pico febril não produz alterações significativas e pode diminuir o desconforto sentido pelos pequenos. Isso porque um novo exame da criança após receber um antitérmico pode indicar se o problema é realmente grave, caso ela permaneça abatida, ou se é benigno, de acordo com uma notável melhora na disposição da criança.

Mas qual antitérmico é mais seguro para a criança? Estudos afirmam que a dipirona é um excelente antitérmico e não apresenta ação antiinflamatória, ou seja, é um fármaco seguro para atenuar o estado febril em crianças. Ainda assim, o ideal é conversar com o seu pediatra antes de administrar qualquer medicamento aos filhos e evitar a alternância de antitérmicos.

#### 6. É importante despir a criança com febre

Deixar a criança despida não ajuda a controlar o quadro de febre, tampouco umedecê-la com água fria. Tais medidas podem diminuir a temperatura momentaneamente e trazer mais desconforto do que alívio para a criança. Ela também não deve ser excessivamente agasalhada, para diminuir a sensação de frio. O ideal é cobri-la com um cobertor leve, apenas para aliviar o desconforto, e deixá-la em um ambiente livre e ventilado.

#### 7. Mães conseguem identificar febre

Como citamos anteriormente, os métodos de medição de temperatura da criança são: axilar, retal e bucal. No entanto, uma observação deve sempre ser levada em conta: a medição da mãe. A palpação materna é, de fato, um método útil e confiável de detecção de febre, que não deve ser subestimado.

#### 8. Febre é uma doença e pode ser prevenida

Não, a febre é um sintoma, ou seja, uma resposta normal do corpo a uma infecção. Apesar de existir o manejo da febre infantil, ou seja, formas de lidar e atenuar o seu desconforto, ela não pode ser prevenida e não vai embora até que a infecção se resolva.

Fonte: Minha Vida