

LA FEBBRE NEL BAMBINO: DOMANDE E RISPOSTE

La febbre è una delle più frequenti cause di consultazione pediatrica, essendo uno dei sintomi più comuni nei bambini, specialmente in età prescolare.

Vista la frequenza del sintomo e i molteplici dubbi e domande che pervengono al pediatra su questo argomento proponiamo questo piccolo capitolo sotto forma di FAQ (frequent asked question)

Cos'è la febbre?

La febbre è un aumento della temperatura corporea superiore a 37°C se misurata per via cutanea (ascellare), o superiore a 37.5°C se misurata per via rettale. Qualche linea di febbre può anche essere la conseguenza di sforzi fisici o della permanenza in un ambiente eccessivamente riscaldato. La febbre non è una malattia, è un sintomo, è una difesa naturale del corpo.

Da che cosa è provocata la febbre?

Le cause principali della febbre nei bambini sono le infezioni virali e batteriche; la presenza di microbi provoca nell'organismo la messa in atto di meccanismi di difesa in cui vengono prodotti e attivati vari tipi di cellule. Alcune di queste cellule rilasciano le interleuchine che agiscono sull'ipotalamo dove è presente il centro che regola la temperatura. Questo meccanismo di difesa impedisce alla maggior parte dei microbi di moltiplicarsi. Il sistema di regolazione della temperatura impedisce che essa raggiunga livelli troppo alti, per tale motivo la febbre non deve essere curata a tutti i costi, è però opportuno abbassarla quando è fastidiosa per il bambino.

Come si misura la febbre?

Tra i metodi di misurazione della temperatura nei bambini, quelli rettale e ascellare sono i più precisi. La misurazione ascellare è accettabile ma può dare risultati variabili. Il metodo rettale è suggerito specialmente per i bimbi nel primo anno di età. Non essendo più prodotti quelli a mercurio occorre usare i termometri digitali (quelli con il display a cristalli liquidi) in materiale plastico, possibilmente flessibili e con una piccola suoneria incorporata (suonano quando la temperatura si è stabilizzata e si può togliere dalla sede di misurazione)

Sotto l'ascella occorrono generalmente 3'-5'. A livello rettale bastano 1'-2' (ricordarsi di togliere 0.5 ° dalle temperatura rettale per avere la temperatura reale del bambino). I termometri molto pubblicizzati che misurano la temperatura livello auricolare frontale od orale (o con modalità simili) non sono affidabili (spesso misurazioni ravvicinate danno valori molto diversi) e pertanto necessitano di verifiche fatte sempre con i termometri tradizionali

Cosa valutare nel bambino con febbre:

- È vivace ?
- Ha appetito ?
- Ha voglia di giocare ?
- Piange in continuazione ?
- Respira con fatica ?
- Ha tosse ?
- Ha dolore alle orecchie ?
- Ha vomito o diarrea ?
- Ha macchie sulla pelle ?

Quali rimedi?

Prima di dare farmaci o di chiamare il pediatra, è sempre meglio adottare semplici ed utili comportamenti di buon senso. far bere “poco ma spesso” il bambino (liquidi un poco zuccherati tipo the deteinato, camomilla o tisane), Il bambino febbrile deve bere più del solito per evitare la disidratazione. I segni più comuni della disidratazione sono: poca urina, pelle e labbra secche, poca saliva, e nei neonati la fontanella anteriore infossata.

Rimedi da attuare:

Non coprire il bambino eccessivamente per consentire al corpo di disperdere il calore

Non forzarlo a mangiare.

Non costringerlo a rimanere a letto, basta che non faccia sforzi eccessivi.

Le spugnature possono ridurre la temperatura solo se questa perdita di calore viene preceduta dalla somministrazione di un antipiretico, altrimenti l'organismo reagisce con la messa in atto di meccanismi di difesa tendenti alla produzione di calore (brividi ecc), tutto ciò contribuisce ad aggravare il disagio del bambino.

Altri trattamenti fisici non sono consigliati perché oltre ad abbassare solo temporaneamente la temperatura possono causare danni (esempio inalazione vapori dell'alcool)

Quando usare le medicine ?

E' opportuno somministrare un farmaco antipiretico al bambino se:

- La temperatura ascellare è superiore ai 38°-38.5° C
- La temperatura rettale è superiore ai 38,5°-39° C
- febbre minore ma con sintomi fastidiosi come cefalea, mialgie o mal di gola e mal d'orecchie

I farmaci più comunemente usati per la febbre nei bambini sono

- **Paracetamolo** (es. Tachipirina, Sanipirina, Efferalgan) che può essere somministrato in dosi 10 mg ogni kg di peso del bambino ogni 4-6 ore se necessario (sono disponibili gocce, sciroppo, bustine supposte, compresse)
- **Ibuprofene** (es. Nurofen, Sinifev, Antalfebal) sotto forma di sciroppo, da somministrare al massimo 3 volte al di (a stomaco pieno) con dosaggio anch'esso di circa 10 mg. ogni kg. di peso

In caso di febbre con assenza di sintomi preoccupanti questi farmaci possono essere somministrati per qualche giorno in modo da attendere l'evoluzione del quadro clinico che, se non si risolve deve prevedere la consultazione del pediatra.

Indichiamo qui sotto uno schema pratico per le famiglie:

Peso del bambino in Kg.	Paracetamolo gocce (1)	Paracetamolo sciroppo in ml.(1)	Paracetamolo supposte (2)	Ibuprofene sciroppo in ml. (3)
6 - 9	18 - 27	3 - 4,5 ml.	$\frac{3}{4}$ da 125	2,5 - 4 ml.
10 - 12	30 - 36	5 - 6 ml.	1 da 125	4 - 5 ml.
13 - 18	39 - 54	6,5 - 9 ml.	1 da 150 o $\frac{3}{4}$ da 250 mg.	6 - 8 ml.
19 - 22	Passare allo sciroppo o supposte	9,5 - 11 ml.	1 da 300 mg. o $\frac{3}{4}$ da 500	9 - 10 ml
23 - 34		11,5 - 17 ml.	1 da 500	11 - 15 ml.

- (1) somministrabili massimo ogni 4-6 ore
 (2) somministrabili massimo ogni 6 - 8 ore
 (3) somministrabile massimo ogni 8 ore

REGOLA PRATICA : per Paracetamolo ed Ibuprofene sciroppo ricordare che la dose massima in ml.da somministrare ogni volta equivale al peso del bambino diviso 2 (es. bambino di 12 Kg. Dose massima = 6 ml.). Per il Paracetamolo in gocce la dose da somministrare corrisponde invece a 4 gocce ogni Kg. di peso. (es. bambino di 10 Kg. Dose massima = 30 gocce)

Quando consultare il pediatra in tempi rapidi ?

Poiché la febbre non è una malattia ma un sintomo bisogna valutare il bambino nel suo insieme per capire se la situazione è grave.

E' opportuno consultare il pediatra soprattutto quando il bambino è molto piccolo (meno di 6 mesi), se la febbre persiste da 24/36 ore o se sono presenti altri disturbi quali mal di gola, tosse fastidiosa, mal d'orecchio o eruzioni cutanee, se la febbre non scende con i comuni antipiretici e, comunque, se siete molto preoccupati. Il pediatra vi darà sicuramente utili indicazioni su eventuali terapie o visite da effettuare.

I sintomi che richiedono particolare attenzione sono:

- difficoltà a respirare
- difficoltà a muovere il collo
- sonnolenza eccessiva
- dolore alle orecchie
- stato confusionale
- convulsioni

Occorre riferire qualcosa di particolare al pediatra ?

E' importante dire subito l'età del bambino, le misurazioni ripetute e corrette della temperatura corporea (indicando con esattezza se la temperatura è ascellare, rettale, auricolare o cutanea), gli altri sintomi del bambino, la presenza di eventuali conviventi ammalati, e la terapia praticata finora. E' importante riferire se il bambino frequenta le comunità infantili e se sono in atto epidemie di malattie contagiose