

LA FEBBRE

CHE COS'É

La **febbre** è definita come un **aumento della temperatura corporea centrale al di sopra dei limiti di norma**. Tali limiti non sono sempre definibili con assoluta precisione, infatti possono presentare variabilità individuali, si modificano con il trascorrere delle ore e dalla attività che sta svolgendo un individuo. Tali valori di cosiddetta normalità sono influenzati anche dalla età dei bimbi: ad esempio nei primi mesi la temperatura "normale" può arrivare ad essere leggermente più alta che nelle età successive (37.3 ± 0.3 °C)

Pertanto può essere opportuno utilizzare la definizione pratica fornita dalla Organizzazione Mondiale della Sanità: **la temperatura centrale é normale se compresa fra 36,5 e 37,5°C (WHO, 1996)**.

Ricordiamoci inoltre che la temperatura centrale (quella misurata in sede anale o con termometro auricolare) è più alta rispetto alla temperatura periferica (quella misurata in sede ascellare), generalmente di circa 0,5°C (anche in questo caso con variabilità individuali).

In pratica, possiamo considerare **i seguenti valori indicativi di febbre:**

- Temperatura rettale > 38° C
- Temperatura ascellare > 37.5°C.

La febbre è in genere molto temuta, ma in realtà è una risposta dell'organismo agli agenti infettivi e molto spesso costituisce un vero e proprio meccanismo di difesa (vedi approfondimento). Infatti la febbre rappresenta sempre solo un sintomo e non una malattia.

Fino alla temperatura di 39° la febbre viene definita come moderata.

COME MISURARE LA FEBBRE

La misurazione della febbre dovrebbe essere eseguita in tutti i bambini con **termometro elettronico in sede ascellare**.

Una alternativa nei bambini con età superiore a 3 mesi, può essere rappresentata dall'utilizzo dei termometri a infrarossi per la misurazione della temperatura timpanica. Essi sono molto pratici e veloci ma l'utilizzo di questi termometri peraltro richiede attenzione in quanto possono dare misurazioni non corrette: il condotto uditivo deve essere pulito; l'inclinazione del termometro corretta (il raggio infrarosso deve arrivare sulla membrana timpanica); il bimbo non deve presentare otite (la temperatura può risultare più alta); la temperatura misurata è una temperatura centrale e pertanto risulta più alta di 0,5-0,7°C rispetto alla temperatura periferica

La via di **misurazione rettale** della temperatura corporea non dovrebbe essere impiegata nei bambini con meno di 5 anni a causa della sua invasività e del disagio che comporta.

L'uso dei **termometri a mercurio** è sconsigliato nei bambini per il rischio di rottura e di contatto col metallo che è tossico.

La **misurazione in altre sedi** (orale, frontale, inguinale) non presenta la stessa attendibilità.

<p>T. a mercurio</p> 	<ul style="list-style-type: none"> - Preciso - Affidabile - Basso costo - Uso in diverse sedi 	<ul style="list-style-type: none"> - Tempo di mis. lungo - <u>Pericolo di rottura (non sono più in commercio)</u>
<p>T. a infrarossi</p> 	<ul style="list-style-type: none"> -Tempo di mis. breve - Gradito da genitori e bambino - Sicuro 	<ul style="list-style-type: none"> - Precisione non elevata se non in mani esperte
<p>T. Elettronici</p> 	<ul style="list-style-type: none"> - Tempo di mis. breve - Uso in diverse sedi 	<ul style="list-style-type: none"> - Meno preciso dei t. a mercurio
<p>Strisce reattive</p> 	<ul style="list-style-type: none"> - Tempo di mis. breve - Atossici - Infrangibili 	<ul style="list-style-type: none"> - Scarsa precisione

COME DARE SOLLIEVO AL BAMBINO

- Garantire adeguato stato di idratazione facendolo bere a sufficienza;
- Non forzarlo a mangiare se non ne ha voglia;
- Non costringerlo a letto se si sente in forze;
- Vestire il bambino con abiti leggeri (in questo modo lo si aiuterà disperdere il calore in eccesso e a diminuire il disagio);
- Non è consigliabile effettuare spugnature sul corpo con acqua, per ridurre la temperatura, in quanto possono creare disagio e, talvolta, vasocostrizione e brivido. Il tradizionale utilizzo della borsa di ghiaccio sulla testa non comporta alcun beneficio;
- Non è consigliabile eseguire spugnature con alcol perché porta a vasocostrizione piuttosto che a vasodilatazione, necessaria per la dissipazione del calore; l'alcol può essere inoltre assorbito attraverso la pelle con rischio di tossicità.

FARMACI ANTIPIRETICI

L'attenzione del genitore deve essere rivolta a ridurre lo stato di malessere del bambino. Gli antipiretici possono essere quindi somministrati se il bambino in corso di febbre manifesta stato di malessere.

L'assunzione degli antipiretici non modifica il normale decorso della malattia sottostante né prevengono le convulsioni febbrili. **I principali antipiretici sono il paracetamolo e l'ibuprofene.** Entrambi i farmaci possono dare, se usati in modo inappropriato, effetti tossici acuti da sovradosaggio. E' sconsigliato l'uso alternato o combinato dei due farmaci per un maggior rischio di effetti collaterali. La **via di somministrazione preferibile è quella orale**; la somministrazione per via rettale, da preferirsi solo in caso di vomito o qualunque condizione che impedisca l'assunzione orale, comporta un assorbimento irregolare (espulsione supposta, presenza di feci in ampolla rettale) inoltre la supposta non deve mai essere divisa perché il farmaco non è distribuito in modo omogeneo. La **dose da somministrare nel bambino è sempre dipendente dal peso corporeo**. Contattare il pediatra per la somministrazione di una dose adeguata di antipiretico.

QUANDO CONSULTARE IL PEDIATRA

La prima importante valutazione deve essere eseguita dal genitore che, conoscendo bene il proprio bambino ed è in grado di riconoscere possibili "segni di allarme". Ci sono tuttavia alcune condizioni che rendono indispensabile la **consulenza pediatrica**:

- Età inferiore ai 6 mesi
- Aspetto sofferente, sonnolenza, irritabilità, pianto flebile, disidratazione
- Cefalea intensa, rigidità nucale
- Temperatura oltre i 40°C
- Difficoltà respiratoria
- Convulsioni
- Bambino affetto da malattia cronica (cardiopatie, diabete, deficit immunitari, etc.)
- Associazione con altri sintomi (vomito, diarrea, eruzione cutanea, etc.)
- Febbre che persiste oltre le 48 ore