

FEBBRE, COME AFFRONTARLA NEI BAMBINI?

10 indicazioni generali: le cose da sapere e da fare

Quando al bimbo di casa sale la febbre, la famiglia entra in allarme. Perché tutto vada nel migliore dei modi, ecco dieci semplici regole da tenere a mente, dieci indicazioni generali che consentono di gestire la stragrande maggioranza degli episodi febbrili.



1 Nel bambino si parla di febbre quando la temperatura supera i **37.5°C**. La misurazione attendibile è quella ascellare con termometro digitale ben posizionato nell'incavo ascellare. Altri strumenti e metodiche sono maggiormente soggette a errori di valutazione.

2 Le misurazioni fondamentali della temperatura corporea sono due: quella del **mattino** alle 10.00 e quella della **sera** alle 18.00. Sono i momenti di picco febbrile minimo e massimo. Le altre servono a verificare l'andamento della curva febbrile.



3 Il bambino che ha la febbre non va tenuto eccessivamente coperto. Bisogna favorire la dispersione della temperatura corporea facendolo vestire con **indumenti leggeri**.

4 I bambini con la febbre non hanno fame. Preoccupiamoci allora che abbiano **una adeguata idratazione aggiungendo 500 ml di liquidi al giorno, nei bambini fino a 2 anni di età**. Dopo i due anni si può arrivare fino a 1000 ml/die di liquidi.



5 I bambini che hanno la febbre non devono essere obbligati a stare a letto. Se lo desiderano possono alzarsi, **giocare, stare sul divano, leggere un libro, disegnare...** la malattia non va drammatizzata anche per non alimentare in lui il timore della febbre.

6 Più che l'entità della febbre è importante vedere le condizioni generali del bambino: se gioca, è di buon umore ed è tranquillo, il decorso è ottimale. **Gli approfondimenti sono necessari in caso di eccessivo torpore o aumentata frequenza respiratoria.**



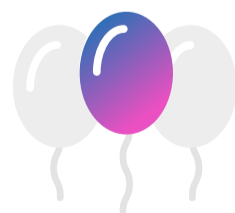
7 La temperatura non è indice di gravità. Quindi, **sotto i tre mesi di età, il bambino con febbre va portato subito dal pediatra**. Tra i tre mesi e i 3 anni la valutazione medica è suggerita se la febbre supera i 39°C e non ci sono sintomi di facile interpretazione (tosse, raffreddore, etc). **Una febbre che supera i 5 giorni di durata va sempre fatta valutare al curante.**



8 Il sonno del bambino con febbre può essere notevolmente disturbato da manifestazioni di pavor o incubi. Questi si verificano più di frequente **nelle prime ore del mattino**. Non lasciano strascichi, rientrano nel giro di qualche minuto e **il sonno prosegue poi con meno difficoltà**.



9 Insieme al rialzo febbrile **possono verificarsi le convulsioni**. Tuttavia, tra i due fenomeni, **non c'è un legame diretto**. Si tratta comunque di **un disturbo benigno** che tende a regredire con il passare del tempo.



10 Per evitare ricadute è necessario rispettare dei tempi di **convalescenza**, che va dai due giorni per le malattie passeggere fino ai cinque necessari dopo un'influenza o un'infezione che ha richiesto l'uso di antibiotici.

