

Fiebre sin pánico

Lo esencial en una página

BEBÉS Y NIÑOS

Lo que más orienta no es el número del termómetro, sino cómo se ve tu hijo o hija.

Los tres números que importan

Edad	Cuándo buscar atención
Menos de 3 meses	Cualquier fiebre, el mismo día, aunque se vea bien
3 a 6 meses	Desde 38.5 °C
Más de 6 meses	Si dura más de 3 días, o antes si algo te preocupa

Hay fiebre a partir de 38 °C. Entre 37.5 y 38 °C es febrícula: se vigila, no se alarma uno.

Qué sí ayuda

- Líquidos seguido y en poca cantidad.
- Ropa ligera y habitación fresca.
- Dejarlo descansar; no hace falta despertarlo para medir.

Qué evitar

- Alcohol, vinagre o hielo en la piel.
- Baños de agua fría: dan escalofrío y generan más calor.
- Medicamentos sin indicación, o el que sobró de otra vez.
- Aspirina en niños.

Urgencias: no esperes

- Le cuesta respirar, hace quejido o se le hunden las costillas
- Labios o piel morados o grisáceos
- Convulsión, o muy difícil de despertar
- Manchas rojas que no desaparecen al estirar la piel

¿Quieres la versión completa?

La **guía completa**, gratis, con lo que no cabe en esta hoja:

- Tabla de qué observar, con lo que tranquiliza y lo que preocupa
- Qué hacer si hay una convulsión por fiebre, paso a paso

Pídela en masalladelabata.org/recursos

DE DÓNDE SALE

- NICE — Fever in under 5s (NG143), 2021 · American Academy of Pediatrics — Fever and Your Baby.

Material educativo. No sustituye una consulta médica ni indica dosis de ningún medicamento. Ante una urgencia, llama al 911. Puedes imprimirlo y compartirlo tal cual; no está permitido venderlo ni modificarlo.