

## Deve recorrer aos cuidados de saúde sempre que<sup>2, 3</sup>:



- Idade < 3 meses (idade corrigida se prematuro);
- Idade < 6 meses com temperatura axilar  $\geq 39^{\circ}\text{C}$  ou rectal  $\geq 40^{\circ}\text{C}$ ;
- Em qualquer idade se tiver temperaturas axilares >  $40^{\circ}\text{C}$  ou rectais >  $41^{\circ}\text{C}$ ;
- Na presença de qualquer  **sinal de alerta**;
- Se a criança tiver **doença crónica grave**;
- Se a criança tiver febre **há 5 ou mais dias** ou se a febre reaparecer após 2-3 dias sem febre.

### (Antipirético = medicamento para baixar a febre)

O seu objetivo é aliviar o desconforto da criança. Considera-se eficaz se baixar de  $1,0^{\circ}\text{C}$  a  $1,5^{\circ}\text{C}$  em 2 a 3 horas. De preferência, em cada episódio de doença, **deve utilizar-se um só tipo de antipirético**, não há vantagem em alternar<sup>2, 3</sup>.

- **Paracetamol** (*Ben-U-Ron*®): respeitar a posologia prescrita pelo médico. O intervalo mínimo entre duas tomas é de **4 horas**<sup>2, 3</sup>.
- **Ibuprofeno** (*Brufen*®/*Ib-u-ron*®): respeitar a posologia prescrita pelo médico. Deve ser administrado nos casos de alergia ao paracetamol ou se febre com desconforto < 4 horas após toma de paracetamol. Não dar nas seguintes situações: idade < 6 meses; varicela; diarreia/vómitos moderados a graves; se alergia a qualquer medicamento anti-inflamatório<sup>2, 3</sup>.

## Pontos-chave

- A febre é apenas **um sintoma e não uma doença**;
- O tratamento com antipiréticos **não encurta a duração da febre** nem contribui para a resolução da doença causal;
- O tratamento da febre **não serve para prevenir convulsões febris** que, globalmente, são pouco comuns; as convulsões assustam quem as presencia, mas, em regra, **não provocam** problemas cerebrais;
- Na fase de subida da febre, o **arrefecimento** (com banho, compressas húmidas, álcool ou ventoinhas) está **desaconselhado**;
- A presença de “**sinais de alerta**”, o **estado geral** da criança e/ou ter **menos de 3 meses** de vida são mais importantes do que a temperatura e/ou a duração da febre;
- Os “sinais de alerta” ditam a necessidade de se recorrer aos cuidados de saúde, independentemente do dia de febre;
- As viroses, responsáveis pela grande maioria dos episódios febris, duram, em média, 4 dias completos.

### Bibliografia:

1. Criança com febre [Internet]. pngtree. [acedido a 12 de dezembro de 2019]. Disponível em: <https://pngtree.com>; 2. Direção-Geral da Saúde. Orientação nº 004/2018 Febre na Criança e no Adolescente – Definição, Medição e Ensino aos Familiares/Cuidadores de 04 Setembro 2017. Lisboa: Direção-Geral de Saúde 2018. 3. Direção-Geral da Saúde, Orientação nº 014/2018 - Processo Assistencial Integrado da Febre de Curta Duração em Idade Pediátrica de 03 Agosto 2018. Lisboa: Direção-Geral de Saúde 2018. 4. Termómetro [Internet]. Dreamstime. [acedido a 12 de dezembro de 2019]. Disponível em: <https://www.dreamstime.com>; 5. Hospital [Internet]. pngtree. [acedido a 12 de dezembro de 2019]. Disponível em: <https://www.imagenesmy.com/imagenes/hospital-clipart-illustrations-29.html>;

Elaborado por: Marta Bragança, Antonietta Denaro, Catarina Mansos e Catarina Empis.



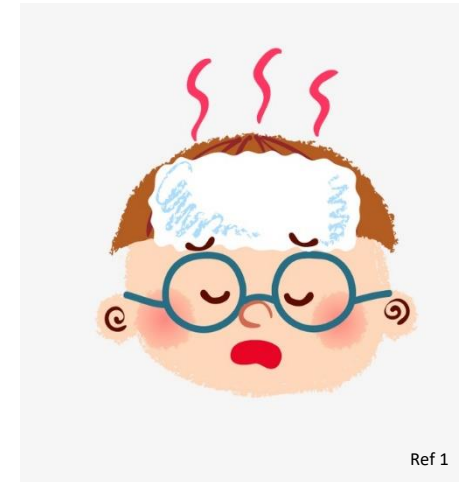
R. Patrocínio, nº 60 1350-230 Lisboa  
Tel: 213913220

e-mail: [condestavel.sec@arslvt.min-saude.pt](mailto:condestavel.sec@arslvt.min-saude.pt)

Junho de 2019



## O meu filho tem FEBRE E agora?



Ref 1

Febre na criança:  
Informações gerais para  
pais e cuidadores

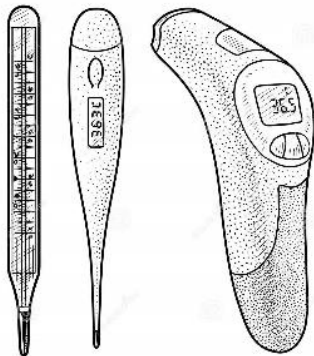
Se necessário, contactar  
SNS 24 (808 24 24 24)

## O que é a Febre?

A febre, por si só, **não é uma doença, é um sintoma**. É uma manifestação do corpo para combater as infecções e, por esse motivo, é benéfica<sup>2,3</sup>.

### Como medir a febre?<sup>2,3</sup>

	Tº Axilar	Tº Rectal	Tº Timpânica	Tº Oral
<u>Idade correcta</u>	---	A partir da 3ª semana de vida	A partir dos 3 anos	A partir dos 5 anos
<u>Método</u>	Termómetro colocado na axila, mantendo-se o braço encostado	Introdução de 3 cm da ponta do termómetro pelo ânus	Realizar 3 leituras e assumir valor mais elevado	Termómetro colocado debaixo da língua com a boca fechada
<u>Tempo de leitura</u>	5 minutos	3 minutos	---	3 minutos
<u>Tº = Febre</u>	<b>37,6°C ou mais</b>	<b>38°C ou mais</b>	<b>37,8°C ou mais</b>	<b>37,6°C ou mais</b>



Ref. 4

## Medidas gerais para ajudar

- Manter a temperatura ambiente entre os 20,0°C e os 22,0°C<sup>2,3</sup>;
- Oferecer líquidos ou reforçar a amamentação<sup>2,3</sup>;
- Adequar o vestuário e a roupa de cama à sensação de frio ou de calor<sup>2,3</sup>;
- Respeitar o apetite da criança;
- Adequar a actividade à capacidade da criança<sup>2,3</sup>;
- Se a criança estiver confortável **NÃO É PRECISO** baixar a temperatura, mas deve-se vigiar surgimento sinais de alarme<sup>2,3</sup>;
- Se a criança estiver desconfortável, deve tomar um antipirético, mas **não se deve** fazer arrefecimento corporal (banho, compressas, ventoinhas)<sup>2,3</sup>.

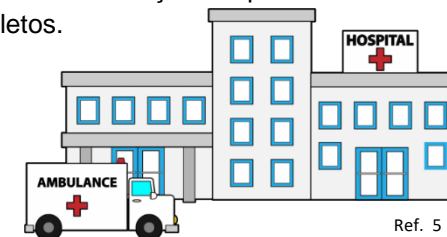
## Sinais tranquilizadores

- Brincar e ter actividade normal<sup>2,3</sup>;
- Comer menos, mas não recusar líquidos<sup>2,3</sup>;
- Mostrar sorriso aberto ou fácil<sup>2,3</sup>;
- Acalmar ao colo ou quando confortado<sup>2,3</sup>.

## Sinais de Alerta

Na presença de **um ou mais** destes sinais de alerta, a criança deve ser **observada num serviço de saúde**<sup>2,3</sup>.

- Sonolência excessiva ou incapacidade de adormecer;
- Face/olhar de sofrimento;
- Irritabilidade e/ou gemido mantido;
- Choro inconsolável por mais de 2-3 horas ou choro débil, pouco audível;
- Sede insaciável;
- Não tolerar o colo;
- Respiração rápida com cansaço;
- Vômitos repetidos entre as refeições;
- Recusa alimentar completa, incluindo líquidos, superior a 12h ou mais de 2 refeições seguidas;
- Dor perturbadora;
- Lábios ou unhas roxas e/ou tremores intensos e prolongados na subida da temperatura;
- Convulsão;
- Aparecimento de manchas na pele nas primeiras 24-48h de febre;
- Alteração da marcha;
- Urina turva e/ou com mau cheiro;
- Febre com duração superior a 5 dias completos.



Ref. 5