

✓ ¿Qué es la fiebre?

La fiebre es un aumento de la temperatura corporal como respuesta natural del organismo ante una infección (generalmente viral), inflamación o algún otro estímulo interno. **No es una enfermedad, sino un signo** de que el sistema inmunológico está trabajando.

La mayoría de las fiebres en la infancia se deben a virus. No siempre indica gravedad, pero su importancia depende de la **edad del niño y de los síntomas asociados**.

🩸 ¿Cuándo se considera fiebre?

Se recomienda medir siempre la temperatura con un termómetro digital confiable.

Temperatura	°C	°F
Fiebre	≥ 38.0 °C	≥ 100.4 °F
Fiebre alta	≥ 39.0 °C	≥ 102.2 °F

🩸 Temperatura corporal: valores de referencia

Se considera fiebre cuando es:		
Rectal	≥ 38.0 °C	≥ 100.4 °F
Oral	≥ 38.3 °C	≥ 101 °F
Axilar (con síntomas claros)	≥ 38.0 °C	≥ 100.4 °F

📌 Siempre medir con termómetro confiable. No evaluar solo tocando la frente.





Cómo tomar la temperatura correctamente en casa

La temperatura axilar es la forma más utilizada en el hogar y adecuada para el control diario en niños.

- Coloca el termómetro bien centrado en la axila, con el brazo del niño pegado al cuerpo hasta que finalice la medición.
- Utiliza siempre un termómetro digital confiable.
- Mide la temperatura cuando el niño esté en reposo, no justo después de llorar, jugar o estar muy abrigado.
- Registra la cifra y observa cómo se comporta el niño.



No confiar solo en tocar la frente: la sensación al tacto no permite valorar correctamente la temperatura.



Si la temperatura axilar es igual o mayor a 38.0 °C (100.4 °F), y el niño es pequeño o presenta signos de alarma, se recomienda consulta médica.



FIEBRE SEGÚN LA EDAD

La edad del niño es el factor más importante para decidir cuándo consultar y con qué urgencia.

Recién nacido (0–28 días)

URGENTE

- Cualquier temperatura $\geq 38.0^{\circ}\text{C}$ (100.4°F) requiere valoración médica inmediata.
- En esta etapa, incluso infecciones leves pueden evolucionar rápidamente.
-  **No observar en casa. No automedicar. Acudir a urgencias.**

Lactante menor (29 días a 3 meses)

Grupo especialmente sensible.

Consultar de inmediato si:

- Temperatura $\geq 38.0^{\circ}\text{C}$ (100.4°F).
- Está irritable, decaído o come menos.
- Respira más rápido de lo habitual.
- Tiene manos o pies fríos con el cuerpo caliente.
- Presenta manchas en la piel que no desaparecen al presionar.

Lactante mayor (3 a 12 meses)

La fiebre es frecuente, generalmente de causa viral.

Consultar de forma prioritaria si:

- La temperatura alcanza $\geq 39.0^{\circ}\text{C}$ (102.2°F).
- El bebé está muy decaído o irritable.
- Rechaza líquidos o se alimenta mucho menos.
- Presenta vómitos repetidos, dificultad respiratoria o llanto inconsolable.
- La fiebre persiste más de 48 horas.

Niños pequeños (1 a 3 años)

En esta edad la fiebre es común, pero requiere vigilancia.

 **ACUDIR DE INMEDIATO si aparece cualquiera de estos signos:**



- Fiebre ≥ 40.0 °C (104 °F).



Somnolencia excesiva o dificultad para despertarlo.

- Respiración rápida, hundimiento de costillas o sensación de falta de aire.
- Rigidez de cuello.
- Vómitos persistentes o dolor intenso.
- Convulsiones (con o sin fiebre).
- Manchas rojo-púrpura que no desaparecen al presionar.
- Llanto inconsolable o, por el contrario, niño muy apagado.



Niños mayores (4 años en adelante)

La mayoría de las fiebres son virales y autolimitadas.

Consultar si:

- La fiebre persiste más de 3 días.
- Interfiere claramente con su actividad habitual.
- Se acompaña de dolor intenso, vómitos repetidos o dificultad respiratoria.
- Aparece cualquier signo de alarma mencionado anteriormente.



En todas las edades, el comportamiento del niño es tan importante como la cifra del termómetro.



Síntomas que pueden acompañar la fiebre

- Decaimiento o malestar general
- Irritabilidad
- Pérdida del apetito
- Escalofríos o sudoración
- Respiración más rápida de lo habitual



El comportamiento del niño es tan importante como el número del termómetro.



Señales de Alarma Urgentes (para cualquier edad)

Diferenciar la urgencia es clave. Debes acudir de inmediato si el niño presenta:

Dificultad para respirar

(Respiración rápida, hundimiento de costillas, quejido).

Convulsiones

Manchas en la piel

De color rojo/púrpura que no desaparecen al presionar.

Rigidez de cuello o dolor de cabeza intenso

Somnolencia excesiva o dificultad para despertarlo

Llanto débil, persistente, o irritabilidad extrema

Mal estado general, palidez o coloración azulada

Fiebre $\geq 40.0^{\circ}\text{C}$ (104°F)

Vómitos o diarrea persistentes que impiden la hidratación

Cualquier fiebre en un bebé menor de 3 meses



Consultar en las próximas horas si:

- La fiebre dura más de 48–72 horas.
- El niño no juega y solo quiere estar acostado.
- Rechaza líquidos o presenta signos de deshidratación:
 - boca seca
 - orina escasa
 - llanto sin lágrimas
- Se queja de dolor localizado (oído, garganta, abdomen).

 **La fiebre por sí sola no daña el cerebro, pero las señales de alarma sí requieren atención médica.**



Cuidados seguros en casa (sin medicamentos)

Estas medidas ayudan a que el niño se sienta mejor pero no reemplazan la evaluación médica cuando está indicada.

1. Hidratación frecuente

Ofrecer líquidos según la edad (leche materna o fórmula en bebés; agua y líquidos claros en mayores).

Dar pequeños sorbos frecuentes.

2. Ropa ligera

Evitar abrigar en exceso. No usar agua fría ni baños bruscos.

3. Ambiente fresco

Habitación ventilada, temperatura agradable.

4. Permitir el descanso

El cuerpo necesita energía para recuperarse.

5. Alimentación suave

Si no quiere comer, no forzarlo. La hidratación es más importante.

6. Higiene

Lavado de manos frecuente para evitar contagios cuando la causa es viral.



Lo que NO se recomienda

- No automedicar ni dar dosis sin indicación médica. La dosis se calcula por peso, no por edad.
- No usar baños de agua fría, alcohol ni frotaciones, ya que pueden causar escalofríos y ser peligrosos.
- No abrigar demasiado al niño, pues dificulta la pérdida de calor.
- No alternar medicamentos antitérmicos (como ibuprofeno y paracetamol) sin una supervisión profesional clara.
- No centrarse solo en “bajar la fiebre”; lo más importante es observar el estado general y el comportamiento del niño.

Prevención de infecciones que causan fiebre

Aunque la fiebre no se puede evitar siempre, sí se pueden reducir los riesgos:



Lavado de manos frecuente.



Evitar exposición a personas enfermas.



Ventilar la casa diariamente.



Mantener el calendario de vacunación al día.



No exponer al niño al humo de tabaco.



Buena hidratación y descanso.



Enseñar a los niños a cubrirse al toser y estornudar.



Mensaje final para madres y padres

Recordatorio Importante

Los expertos recalcan que los signos clínicos y el estado general del niño importan más que el número exacto de grados. Una fiebre moderada sin signos de alarma y con buen aspecto general suele ser manejable en casa con observación cuidadosa, siempre que se vigile al niño y su comportamiento.

Confía en tu intuición

Si notas que “algo no está bien” en tu hijo, aunque no cumpla todos los criterios de alarma, busca valoración médica. Tu observación diaria es una herramienta esencial para proteger su salud.

Contexto e Introducción

La fiebre no es una enfermedad, sino un síntoma. Es la forma natural en que el cuerpo de un niño lucha contra las infecciones. Aunque ver a un hijo con fiebre puede ser muy angustiante, a menudo significa que su sistema inmunológico está funcionando correctamente.

Esta guía básica está diseñada para ayudarle a entender qué es la fiebre, cómo medirla y cómo mantener a su hijo cómodo. Sin embargo, no sustituye la opinión médica. Siempre debe buscar atención pediátrica cuando la fiebre sea muy alta, persistente, o si el niño es menor de 3 meses.



¿A partir de qué temperatura se considera fiebre?

Generalmente, se considera fiebre una temperatura de 38°C (100.4°F) o más cuando se mide con un termómetro preciso.

¿Debo darle medicamentos para bajar la fiebre inmediatamente?

No siempre. El objetivo principal no es bajar el número en el termómetro, sino mejorar el confort del niño. Si el niño está activo y bebe líquidos, puede no necesitar medicamentos de inmediato. Úselos solo según la dosis recomendada por su pediatra.

¿Cuándo debo llevar al niño a urgencias por fiebre?

Debe acudir a urgencias de inmediato si el bebé tiene menos de 3 meses, si la fiebre supera los 40°C, si el niño presenta dificultad para respirar, manchas rojas o moradas en la piel, o si se encuentra excesivamente letárgico o irritable.

FUENTES Y REFERENCIAS PEDIÁTRICAS

- Organización Mundial de la Salud (OMS) (<https://www.who.int/es>)
- Asociación Española de Pediatría (AEPap) - Familias y Salud (<https://familiaysalud.es/>)
- Healthy Children - AAP (<https://www.healthychildren.org/>)





CONTENIDO REVISADO POR:

Dra. Ariana

Especialista en Pediatría & Máster en Atención Integral al Niño

Con **más de 35 años de experiencia** clínica y docente como pediatra en Cuba (actualmente retirada y sin homologación médica en otros países). El contenido de este sitio resume su amplia experiencia y lo recomendado por las guías pediátricas actuales.

Aviso importante: Todo el material de este sitio es **estrictamente educativo y didáctico**. No constituye una recomendación, indicación médica, ni llamada a la acción. No sustituye bajo ninguna circunstancia la evaluación presencial de tu pediatra.

"La mejor herramienta de prevención es la educación y la tranquilidad familiar."

[Ver credenciales completas y biografía > \(/dra-ariana\)](#)

Apoya la divulgación independiente

Este proyecto se mantiene libre de publicidad farmacéutica gracias al apoyo de las familias. Si nuestras guías te han ayudado, puedes contribuir a mantener el sitio activo.



Hacer una aportación voluntaria (<https://gumroad.com>)





Aviso Legal y Educativo

Este artículo tiene un propósito **estrictamente educativo y divulgativo**. Ha sido redactado basándose en la experiencia de la Dra. Ariana (pediatra jubilada en Cuba, sin homologación en otros países) como un resumen didáctico de las pautas pediátricas actuales.

Nada de lo expresado en este sitio web constituye una recomendación médica, un diagnóstico, un tratamiento, ni una llamada a la acción.

Esta información no sustituye en ningún caso la valoración médica presencial. Ante cualquier síntoma o duda sobre la salud de un menor, debes acudir inmediatamente a un centro de salud o consultar con su pediatra tratante.

