

Fiebre

¡Mamá, me siento extraña, con frío y escalofríos!



Carlos Pérez Martín

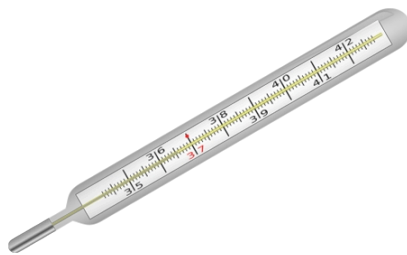
Un marco educativo en microbiología centrado en la niñez

Fiebre

Es sábado por la tarde. Ayer, Sara se pasó todo el día jugando con sus amigos en el parque, donde se lo pasó muy bien. Pero estuvo lloviendo todo el rato y se empapó. Y desde la última comida, se siente extraña: tiene frío, tiembla y está muy cansada.

Como se siente indispuesta, se lo cuenta a su madre que, tras ponerle la mano en la frente, le dice: "te sientes caliente, voy por el termómetro".

La madre de Sara se dirige al botiquín donde guarda los medicamentos y trae un termómetro que coloca en la axila de Sara y le dice que se quede muy quieta. Tras dos minutos de espera, el termómetro empieza a pitar y muestra una temperatura de 38,5°C. La madre de Sara exclama: "¡Tienes fiebre!".



Tres tipos de termómetros para medir la temperatura corporal

Pero, ¿qué es la fiebre?

La fiebre es un aumento de la temperatura corporal por encima de lo normal. Cuando estamos bien, nuestra temperatura corporal ronda los 36°C; si sube, decimos que tenemos fiebre. Técnicamente, se considera que tenemos fiebre cuando esta temperatura supera los 38°C.

¿Por qué sube nuestra temperatura y causa fiebre?

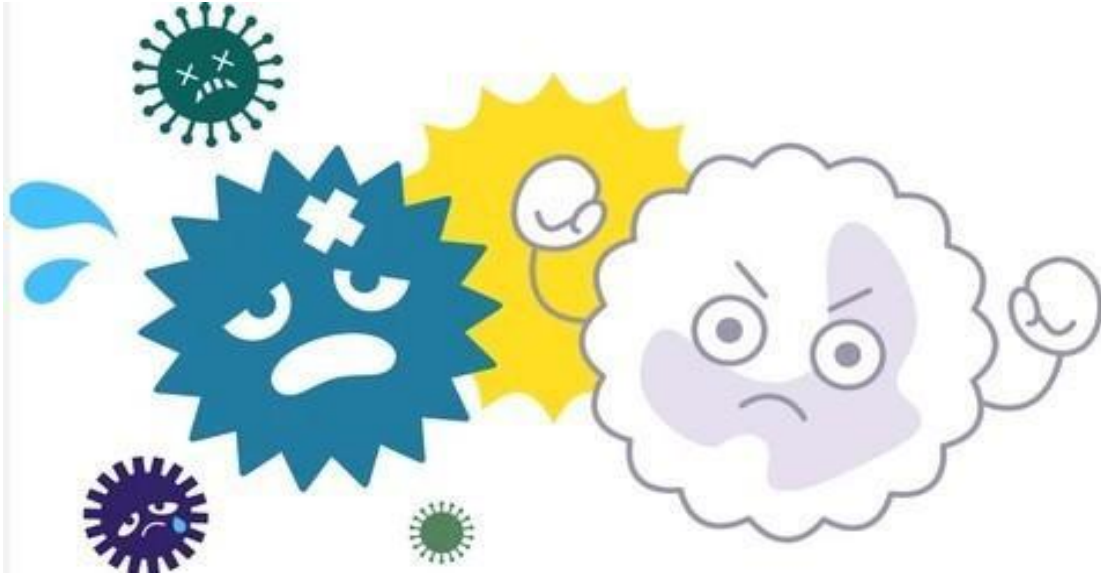
Como sabemos, el ser humano, a diferencia de algunas especies animales como los reptiles, tiene un termostato que se encuentra más o menos en el centro del cerebro. Ese termostato se encarga de mantener nuestra temperatura corporal alrededor de los 36°C.

Si un día estamos en invierno con nieve, nuestro termostato le dirá a nuestro cuerpo que tiene que generar más calor para mantener la temperatura a 36°C. Sin embargo, en la situación contraria, por ejemplo, en verano mientras estamos en la playa, nuestro termostato le dirá a nuestro cuerpo que baje la temperatura sudando.

Podríamos considerarlo como un aire acondicionado, que calienta cuando la temperatura es baja y enfría cuando tenemos calor. Así es como nuestro cuerpo se mantiene siempre a 36 °C, que es la temperatura a la que mejor funciona.

Pero cuando un microorganismo nos infecta, nuestro cuerpo detecta que está siendo atacado y enciende la calefacción: nuestra temperatura aumenta. Esto se debe a que al microorganismo que nos infecta le resulta más difícil reproducirse a altas temperaturas y, además, nuestras defensas actúan mejor, por lo que la fiebre ayuda a combatir el germen.

Un marco educativo en microbiología centrado en la niñez



¿Y qué nos ocurre si aumenta la temperatura corporal?

Cuando nuestro termostato le dice al cuerpo que aumente la temperatura, lo hacemos gastando una gran cantidad de energía. Es decir, parte de nuestras reservas de energía que teníamos guardadas, se dedican a generar calor y por eso nos sentimos muy cansados mientras tenemos fiebre. Pero hay que tener cuidado para evitar que la temperatura suba por encima de 41-42°C porque, llegados a este punto, algunos órganos como el cerebro pueden "sobrecalentarse" y resultar dañados.

¿Cómo evitar el sobrecalentamiento?

Cuando la madre de Sara vio que tenía fiebre, volvió al botiquín, sacó un jarabe rojo y se lo dio. El jarabe era paracetamol, una de las opciones que tenemos, junto con el ibuprofeno, para tratar la fiebre. Este medicamento se encarga, además de otras cosas, de decirle a nuestro cerebro que no aumente demasiado la temperatura corporal porque eso nos hace sentir mal.

Al día siguiente, Sara seguía teniendo fiebre, así que su madre la llevó al pediatra. En cuanto llegó, el pediatra le quitó la camiseta y le auscultó (escuchó) el pecho, le tomó la temperatura y le examinó los oídos y la garganta. Al parecer, tenía la garganta un poco inflamada y esta podría ser la causa de la fiebre. Como el microorganismo causante es probablemente un virus, el pediatra no le dio antibióticos, que sólo sirven para combatir las bacterias, y le dijo que continuara el tratamiento con paracetamol y que volvería a verla en dos días. Al día siguiente, cuando se levantó, Sara no tenía fiebre, así que con la ayuda de sus propias defensas había conseguido vencer al virus por sí sola.

