

Sessió 1. Malalties comunes i febre

Objectius educatius

- Compartir vivències, creences i pors sobre la febre.
- Conèixer el mecanisme de producció de la febre.
- Desenvolupar habilitats per prendre la temperatura de manera correcta.
- Utilitzar correctament la medicació destinada a rebaixar la temperatura i a millorar els símptomes que acompanyen la febre.
- Reconèixer els criteris de gravetat i saber quan s'ha d'acudir a urgències.

Cronograma

Continguts	Metodologia	Agrupació	Temps (min)
1) Presentació del taller i contracte formatiu	Expositiva	GG	10
2) Experiències, pors i creences sobre la febre	Dinàmica per triar: a) Pluja d'idees b) Frases incompletes	GG TI/GG	15
3) Coneixements sobre la febre	1 o 2 dinàmiques per triar: a) Travessa de la febre b) Expositiva c) Casos d) Foto	TI/GG/GP	30
4) Habilitats davant d'un quadre febril i control de la convulsió febril	a) Control de la febre b) Demostració amb maniquins	GG GP/GG	10 15/5
5) Conclusions	Decàleg de la febre	GG	5

GG: grup gran. GP: grup petit. TI: treball individual.

Desenvolupament de la sessió

1) Presentació del taller i contracte formatiu

S'ha de donar la benvinguda a les persones participants. Els educadors i les persones assistents s'han de presentar i han de parlar sobre la tasca del dia.

2) Experiències, pors i creences sobre la febre

S'ha de triar una d'aquestes dues dinàmiques

- Pluja d'idees: les persones participants han d'explicar alguna situació en la qual el seu fill / o la seva filla hagi tingut febre. Què varen sentir? Què varen fer? Va sorgir algun problema?
- Exercici de frases incompletes: de manera individual cada persona participant ha de completar la frase "Quan el meu fill / la meua filla té febre sent...". Posteriorment s'han de posar en comú totes les frases.

Claus per a l'educador

Es tracta d'escoltar les pors, les creences, les experiències, les vivències sobre la febre. Les famílies, sobretot els pares primerencs, tendeixen a espantar-se molt per la febre. En aquesta tècnica l'educador recull tot allò que diuen, sense jutjar ni opinar, i ho torna.

3) Coneixements sobre la febre

Cal triar una o dues dinàmiques entre les següents:

a) **Travessa de la febre** (5/15 min) [vegeu l'annex 1.1]

- S'ha de repartir a totes les persones participants la fitxa de treball perquè hi responguin individualment. La fitxa recull una llista amb dues veritats possibles a cada filera i els signes 1X2 a les columnes centrals. A cada filera s'ha de triar entre l'opció de la columna esquerra marcant l'1 o la de la dreta marcant el 2, però es pot marcar la X si no es té clar o si semblen igual de vàlides.

Clau

Es tracta de desmitificar les falses creences sobre la febre i aportar informació contrastada científicament. La febre és un mecanisme de defensa del cos contra les infeccions, que activa les defenses i prova d'impedir la multiplicació de virus i bacteris. Abans que res, convé mantenir la calma i saber què s'ha de fer.

b) Expositiva (10 min)

Per què es produeix la febre? Cal dibuixar una línia temporal dels símptomes.

c) Casos (30 min)

S'ha de treballar en grups petits assignant a cadascun un cas clínic perquè el discuteixin i estableixin l'actuació que cal seguir. A continuació cada grup ha d'exposar al grup gran la decisió que ha pres.

Què farien? Acudirien a urgències? Acudirien a la consulta de pediatria? Quant de temps esperarien? Donarien algun medicament a l'infant?

- Cas 1: infant de 5 anys amb tos i moc des del dia anterior i que s'ha aixecat el matí amb 38,2 °C de temperatura.
- Cas 2: infant de 2 mesos més apagat del que seria normal amb febre de 38,2 °C.
- Cas 3: infant de 7 anys amb tos, moc i febre de 38 °C des de fa cinc dies.
- Cas 4: infant de 7 mesos amb febre de 39 °C des de fa tres dies i que avui presenta lesions vermelles al cos.
- Cas 5: infant de 4 anys no vacunat que des d'ahir presenta febre de 39 °C i malestar general.
- Cas 6: infant que pateix convulsions i té febre de 39 °C.

d) **Imatge d'infant febril** (15 min) [vegeu l'annex 1.2]

Com adonar-se que un infant té febre? S'ha de proposar a les persones participants que comentin si els sembla que l'infant de la foto té febre i com ho comprovarien.

Clau

Hi ha un conjunt de signes que suggereixen que l'infant té febre: galtes vermelles; ulls vidriosos; està més apagat o, al contrari, més irritable; presenta calfreds o sensació de fred.

Només en la meitat dels casos en què se sospiti que l'infant té febre realment en té. El més objectiu és prendre la temperatura corporal amb un termòmetre i és millor fer-ho amb un termòmetre digital prenent la temperatura rectal en els infants més petits i a l'aixella en els infants més grans. Hi ha febre si la temperatura axillar és superior a 38 °C o si la temperatura rectal és superior a 38,5 °C.

A continuació es pot explicar com prendre la temperatura corporal, i per això s'ha de disposar de termòmetres per a les persones participants.

4) Habilitats davant d'un quadre febril i control de la convulsió febril

a) Control de la febre (10 min)

Clau

La febre és un símptoma; no indica gravetat.

El grup ha de donar idees sobre **com confortar un infant amb febre**. Cal marcar les mesures eficaces (en verd) i les no recomanades (en vermell). Es pot utilitzar una graella amb idees [vegeu l'annex 1.3].

- | | |
|---|---|
| ✓ Hidratar | ✗ Desabrigar |
| ✓ Repòs relatiu | ✗ Fer suar |
| ✓ Temperatura confortable | ✗ Posar compreses amb alcohol o aigua al cap o al cos |
| ✓ Dosi de paracetamol o ibuprofèn per tractar el malestar o la inflamació que acompanyin la febre | |

b) Control de la convulsió febril: demostració amb maniquins (20 min)

1. Protecció

- Assegura un entorn segur per a l'infant i per al reanimador.
- Descordau a l'infant els possibles elements compressors (bufanda, jaqueta, corretja).
- Procurau un entorn confortable: en terra o en una zona embuatada, sense cap objecte amb el qual l'infant es pugui pegar un cop.

2. Avís

- Contactau amb l'entorn immediat.
- Valorau si cal donar avís al 061 o acudir al centre sanitari més proper.

3. Auxili:

- Durant la convulsió, posau l'infant en la posició de decúbit supí, amb elevació toràcica al nivell de les espatles (per exemple, ajudant-vos amb un jersei o una jaqueta), perquè la via aèria es mantengui oberta.
- Assegurau-vos que a la via aèria no hi hagi menjar, etc.
- Col·locau el cap de l'infant cap a un costat.
- NO INTENTEU TREURE-LI LA LLENGUA NI OBRIR-LI LA BOCA.

4. Quan la convulsió remeti, posau l'infant en la POSICIÓ LATERAL DE SEGURETAT.

5. Conclusions

A tall de resum, s'ha d'entregar a totes les persones participants el *Decàleg de la febre*, de l'Associació Espanyola de Pediatria d'Atenció Primària i comentar-lo [vegeu l'annex 1.4].