

Sesión 1. Enfermedades comunes y fiebre

Objetivos educativos

- Compartir vivencias, creencias y miedos sobre la fiebre.
- Conocer el mecanismo de producción de la fiebre.
- Desarrollar habilidades para tomar la temperatura de forma correcta.
- Usar correctamente la medicación destinada a rebajar la temperatura y a mejorar los síntomas que acompañan a la fiebre.
- Reconocer los criterios de gravedad y saber cuándo hay que acudir a urgencias.

Cronograma

Contenidos	Metodología	Agrupación	Tiempo (min)
1) Presentación del taller y contrato formativo	Expositiva	GG	10
2) Experiencias, miedos y creencias sobre la fiebre	Dinámica a elegir: a) Tormenta de ideas b) Frases incompletas	GG TI/GG	15
3) Conocimientos sobre la fiebre	1 o 2 dinámicas a elegir: a) Quiniela de la fiebre b) Expositiva c) Casos d) Foto	TI/GG/GP	30
4) Habilidades ante un cuadro febril y control de la convulsión febril	a) Control de la fiebre b) Demostración con maniqués	GG GP/GG	10 15/5
5) Conclusiones	Decálogo de la fiebre	GG	5

GG: grupo grande. GP: grupo pequeño. TI: trabajo individual.

Desarrollo de la sesión

1) Presentación del taller y contrato formativo

Hay que dar la bienvenida a las personas participantes. Los educadores y las personas asistentes deben presentarse y hablar sobre la tarea del día.

2) Experiencias, miedos y creencias sobre la fiebre

Hay que elegir una de estas dos dinámicas

- a) Tormenta de ideas: las personas participantes han de contar alguna situación en la que su hijo/hija haya tenido fiebre ¿Qué sintieron? ¿Qué hicieron? ¿Surgió algún problema?
- b) Ejercicio de frases incompletas: de forma individual cada persona participante debe completar la frase "Cuando mi hijo/hija tiene fiebre siento...". Posteriormente hay que poner en común todas las frases.

Claves para el educador

Se trata de escuchar los miedos, las creencias, las experiencias, las vivencias sobre la fiebre. Las familias, sobre todo los padres primerizos, tienden a asustarse mucho por la fiebre. En esta técnica el educador recoge todo lo que dicen, sin juzgar ni opinar, y devuelve.

3) Conocimientos sobre la fiebre

Hay que elegir una o dos dinámicas entre las siguientes:

a) **Quiniela de la fiebre** (5/15 min) [véase el anexo 1.1]

Hay que repartir a todas las personas participantes la ficha de trabajo para que la respondan individualmente. La ficha recoge una lista con dos verdades posibles en cada fila y los signos 1X2 en las columnas centrales. En cada fila hay que elegir entre la opción de la columna izquierda marcando el 1 o la de la derecha marcando el 2, aunque puede marcar la X si no lo tiene claro o le parecen igual de válidas.

Clave

Se trata de desmitificar las falsas creencias sobre la fiebre y aportar información contrastada científicamente. La fiebre es un mecanismo de defensa del cuerpo contra las infecciones, que activa las defensas y trata de impedir la multiplicación de virus y bacterias. Ante todo, es conveniente mantener la calma y saber qué hay que hacer.

b) Expositiva (10 min)

¿Por qué se produce la fiebre? Hay que dibujar una línea temporal de los síntomas.

c) Casos (30 min)

Hay que trabajar en grupos pequeños asignando a cada uno un caso clínico para que lo discutan y establezcan la actuación que hay que seguir. A continuación cada grupo debe exponer al grupo grande la decisión que ha tomado.

¿Qué harían? ¿Acudirían a urgencias? ¿Acudirían a la consulta de pediatría? ¿Cuánto tiempo esperarían? ¿Darían algún medicamento al niño?

- Caso 1: niño de 5 años con tos y moco desde el día anterior y que por la mañana se ha levantado con 38,2 °C de temperatura.
- Caso 2: niño de 2 meses más apagado de lo que sería normal con fiebre de 38,2 °C.
- Caso 3: niño de 7 años con tos, mocos y fiebre de 38 °C desde hace cinco días.
- Caso 4: niño de 7 meses con fiebre de 39 °C desde hace tres días y que hoy presenta lesiones rojas en el cuerpo.
- Caso 5: niño de 4 años no vacunado que desde ayer presenta fiebre de 39 °C y malestar general.
- Caso 6: niño que sufre convulsiones y tiene fiebre de 39 °C.

d) **Imagen de niño febril** (15 min) [véase el anexo 1.2]

¿Cómo darse cuenta de que un niño tiene fiebre? Hay que proponer a las personas participantes que comenten si les parece que el niño de la foto tiene fiebre y cómo lo comprobarían.

Clave

Existe un conjunto de signos que sugieren que el niño tiene fiebre: mejillas enrojecidas; ojos vidriosos; está más apagado o, por el contrario, más irritable; presenta escalofríos o sensación de frío.

Solo en la mitad de los casos en que se sospeche que el niño tiene fiebre realmente la tiene. Lo más objetivo es tomar la temperatura corporal con un termómetro y lo mejor es hacerlo con un termómetro digital tomando la temperatura rectal en los niños más pequeños y en la axila en los niños más mayores. Hay fiebre si la temperatura axilar es superior a 38 °C o si la temperatura rectal es superior a 38,5 °C.

A continuación se puede explicar cómo tomar la temperatura corporal, para lo cual hay que disponer de termómetros para las personas participantes.

4) Habilidades ante un cuadro febril y control de la convulsión febril

a) Control de la fiebre (10 min)

Clave

La fiebre es un síntoma; no indica gravedad.

El grupo tiene que dar ideas sobre **cómo confortar a un niño con fiebre**. Hay que marcar las medidas eficaces (en verde) y las no recomendadas (en rojo). Se puede utilizar una parrilla con ideas [véase el anexo 1.3].

- | | |
|--|--|
| ✓ Hidratar | ✗ Desabrigar |
| ✓ Reposo relativo | ✗ Hacer sudar |
| ✓ Temperatura confortable | ✗ Poner compresas con alcohol o agua en la cabeza o en el cuerpo |
| ✓ Dosis de paracetamol o ibuprofeno para tratar el malestar o la inflamación que acompañen a la fiebre | |

b) Control de la convulsión febril: demostración con maniqués (20 min)

1. Protección

- Asegure un entorno seguro para el niño y para el reanimador.
- Desabróchele al niño los posibles elementos compresores (bufanda, chaqueta, cinturón).
- Procure un entorno confortable: en el suelo o en una zona acolchada, sin ningún objeto con el que el niño pueda golpearse.

2. Aviso
 - Contacte con el entorno inmediato.
 - Valore si hay que dar aviso al 061 o acudir al centro sanitario más cercano.
3. Socorro:
 - Durante la convulsión, ponga al niño en la posición de decúbito supino, con elevación torácica al nivel de los hombros (por ejemplo, ayudándose de un jersey o una chaqueta), para que la vía aérea se mantenga abierta.
 - Asegúrese de que en la vía aérea no haya comida, etc.
 - Coloque la cabeza del niño hacia un lado.
 - NO INTENTE SACARLE LA LENGUA NI ABRIRLE LA BOCA.
4. Cuando la convulsión remita, ponga al niño en la POSICIÓN LATERAL DE SEGURIDAD.

5. Conclusiones

A modo de resumen, hay que entregar a todas las personas participantes el *Decálogo de la fiebre*, de la Asociación Española de Pediatría de Atención Primaria y comentarlo [véase el anexo 1.4].