

Crianças com febre: sinais, cuidados e alerta.



Informação simples para momentos que exigem calma.

Conteúdo

O que é a febre?	3
A febre é uma doença?	3
Como avaliar a temperatura?	4
Sinais de alerta	5
Como ajudar a criança/adolescente com febre?	5
Como administrar o antipirético?	6
Quando é que uma criança/adolescente deve recorrer a um serviço de saúde em caso de febre?	8
Notas gerais	8
Fontes:	9

O que é a febre?

Considera-se febre a subida de, pelo menos, 1°C acima da média da temperatura basal diária individual, em função do local de medição. Na ausência do conhecimento da temperatura basal individual, considera-se febre perante os seguintes valores medidos de temperatura:

- * Retal $\geq 38^{\circ}\text{C}$
- * Axilar $\geq 37,6^{\circ}\text{C}$
- * Timpânica $\geq 37,8^{\circ}\text{C}$

A febre é uma doença?



A febre, por si só, não é uma doença. Trata-se de uma manifestação do organismo, decorrente do combate às infeções e, por esse motivo, benéfica.

Quando as situações com febre são graves (cerca de 5% dos casos), existem sempre outras manifestações clínicas associadas que são os chamados “sinais de alerta” (ver ponto 4).



Como avaliar a temperatura?

Existem vários tipos de termómetros, cuja utilização correta é essencial. Sem prejuízo da leitura do folheto informativo que os acompanha, resumem-se aqui as principais indicações de uso:

* Temperatura retal:

É o método mais rigoroso. Com a criança deitada de costas, deve introduzir-se a ponta flexível do termómetro cerca de 3 cm no ânus, num trajeto paralelo às costas da criança.

* Temperatura axilar:



É um método prático, ainda que não tão preciso como o retal. O termómetro deve ser colocado na axila, ligado, mantendo-se o braço encostado ao tronco, e esperar pelo 1º toque.

* Temperatura timpânica:

Só se deve utilizar a partir dos 3 anos e avalia-se com termómetro de deteção de raios infravermelhos. A sonda deve ser orientada para a membrana do tímpano e não para a parede do canal auditivo. Devem ser sempre realizadas 3 determinações seguidas e deve adotar-se o valor medido mais elevado.



Sinais de alerta



- * Irritabilidade e/ou gemido mantido;
- * Choro inconsolável;
- * Convulsão no primeiro episódio de pico febril;
- * Aparecimento de manchas na pele nas primeiras 24 a 48 horas de febre;
- * Dificuldade respiratória;
- * Vômitos repetidos ou diarreia abundante;
- * Arrepios ou coloração arroxeadada dos lábios e pele;
- * Recusa alimentar, principalmente em crianças com menos de 1 ano.



Na presença de um ou mais destes sinais de alerta, a criança/adolescente deve recorrer a um serviço de saúde.

Como ajudar a criança/adolescente com febre?

- * Oferecer água e/ou leite;
- * **Adequar o vestuário** e a roupa da cama à sensação de frio ou de calor;
- * Respeitar o apetite;



- *Se está confortável **não** é preciso baixar a temperatura, mas sim vigiar os “sinais de alerta”;
- *Se está desconfortável, deve tomar um **antipirético** (Paracetamol);
- ***Não** se deve fazer arrefecimento (banho, compressas, ventoinhas) para baixar a temperatura.

Como administrar o antipirético?

a) Utilizar o paracetamol **respeitando a posologia prescrita pelo médico** ou de acordo com a descrita no folheto informativo que acompanha a embalagem do medicamento;

b) O **intervalo mínimo entre duas tomas consecutivas é de 4 horas**;



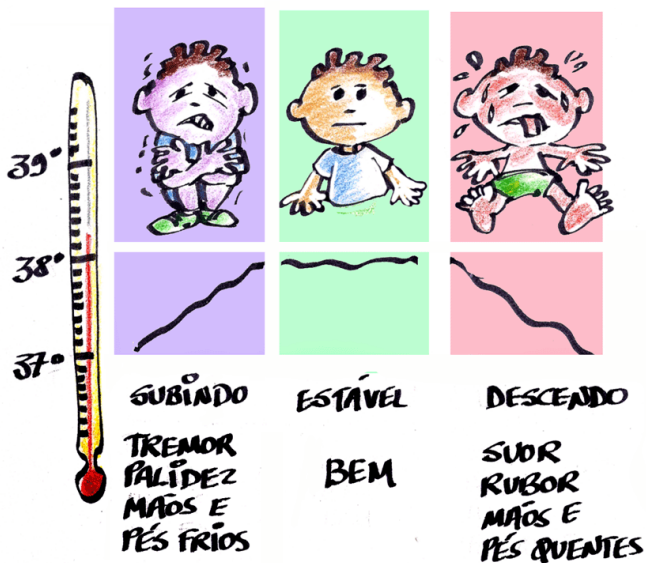
c) Nos casos de alergia ao paracetamol poderá administrar-se ibuprofeno. Mas **não** dar **ibuprofeno** nas seguintes situações:

- ✓ em idade inferior a 6 meses;
- ✓ na varicela; perante diarreia e vómitos moderados a graves;

- ✓ se a criança/adolescente tiver uma alergia a qualquer medicamento anti-inflamatório.

d) Deve considerar-se que o **antipirético é eficaz se baixar a temperatura de 1,0º a 1,5ºC dentro de 2 a 3 horas;**

e) O **remédio/medicamento para febre é para aliviar o mal-estar, não é para tirar a febre de uma vez;**



f) A febre **pode baixar sozinha!** Mesmo sem remédio, ela costuma baixar após algum tempo.

g) A febre **pode voltar!** Ela pode subir e descer várias vezes. Isso é normal. **A febre vai embora quando a doença passar.**

Quando é que uma criança/adolescente deve recorrer a um serviço de saúde em caso de febre?

- a) Se idade inferior a 3 meses de idade (de idade corrigida se nasceu prematura);
- b) Se idade inferior a 6 meses com temperatura axilar $\geq 39,0^{\circ}\text{C}$ ou retal $\geq 40,0^{\circ}\text{C}$;
- c) Se tiver temperaturas axilares superiores a $40,0^{\circ}\text{C}$ ou retais superiores a $41,0^{\circ}\text{C}$;
- d) Na presença de um ou mais “sinais de alerta”;
- e) Se tem uma doença crónica grave;
- f) Se tem febre há 5 ou mais dias, ou se a febre reaparecer após 2 a 3 dias de temperaturas normais.



Notas gerais

*A febre tem um papel importante na defesa contra a **infecção**, por isso, o seu tratamento deve ser reservado a **situações específicas**;

- * A temperatura deve ser avaliada com o **termómetro**;
- * O **antipirético** é ajustado ao **peso** da criança/adolescente. Deve preferir o **xarope ou os supositórios**, mas a composição dos supositórios **não** é homogénea, portanto **não** deve dividi-lo;
- * Registe a **hora** a que administra a medicação e o **valor da temperatura**.

**Se necessitar de ajuda, procure o seu médico ou enfermeira de família ou ligue para a linha de saúde 24
808 24 24 24**



Fontes:

-Imagens retiradas de Google imagens

-Direção-Geral da Saúde, 2018 – Processo Assistencial Integrado da Febre de Curta Duração em Idade Pediátrica.

Autores	Realização	Homologação pelo Conselho Técnico
Catarina Maleita e Telma Gaspar (enfermeiras)	Janeiro 2026	27 de fevereiro 2026

