

Molti genitori sono spesso ansiosi di conoscere rapidi rimedi per abbassare la febbre nel proprio bambino, non sapendo che in molti casi la temperatura andrebbe semplicemente osservata e, per così dire, “lasciata allo sfogo”.

La febbre è infatti un innalzamento della temperatura corporea che l'organismo mette in atto per aiutare il sistema immunitario nella lotta contro virus e batteri (che crescono meno a temperature più alte). L'innalzamento della temperatura corporea viene deciso a livello dell'ipotalamo (una zona del nostro cervello) ed è spesso ottenuto mettendo in opera meccanismi di produzione di calore che tutti noi ben conosciamo:

- brividi: la contrazione ritmica della muscolatura produce calore permettendo al nostro organismo di raggiungere il nuovo *set-point* di temperatura deciso dal cervello
- estremità fredde: la vasocostrizione periferica veicola il calore del flusso sanguigno a livello di tronco e testa che diventano più caldi (ecco perché in fase di rialzo febbrile mani e piedi sono freddi!)

Ebbene in questo articolo capiremo insieme quando e come intervenire col paracetamolo (es: *Tachipirina, Acetamol...*)? quando invece con ibuprofene (es: *Nurofen, Momentkid...*)? febbre alta è indice di gravità della situazione? è davvero necessario abbassarla ad ogni costo? quando allarmarsi?

Definizioni: febbricola, febbre ed iperpiressia

Il termometro ad oggi riconosciuto più affidabile dalle linee guida della Società Italiana di Pediatria per l'uso domestico è il termometro elettronico digitale che andrebbe utilizzato per via ascellare. Esso è il più veloce ed è sufficientemente preciso.

[Leggi anche - Come misurare le febbre nei bambini?](#)

Si parlerà di:

- *Febbricola* per temperature ascellari comprese tra 37,2 e 38°C
- *Febbre* per temperature superiori a 38°C

- *Iperpiressia* per temperature superiori a 40,5°C (l'unica potenzialmente pericolosa)

L'unico caso che ha necessità di intervenire in modo deciso con antipiretici per abbassare la temperatura è l'iperpiressia. E' dimostrato infatti che per temperature inferiori a 40,5°C la febbre non arreca alcun danno all'organismo. Al di sopra di tale temperatura, ed in particolare sopra i 42°C l'aumentata temperatura può cominciare a rappresentare un problema per la fisiologica omeostasi del paziente ed urge abbassarla. Ma tutti voi sapete bene che tali forme di iperpiressia sono poco frequenti.

Cosa fare per abbassare la febbre?

In primis scoprire il bambino: ricordate che un bambino con febbre va coperto solo quando la temperatura sta salendo (cioè finchè ha brividi ed estremità fredde); una volta che la febbre è alta e le manine sono calde, si può facilitare la riduzione della temperatura semplicemente lasciandolo scoperto!

In secondo luogo offrire liquidi in abbondanza: una buona idratazione è fondamentale agevolare la riduzione della febbre

- Se mangia normalmente offrire semplicemente acqua
- Se non mangia, se vomita o ha diarrea conviene offrire soluzioni reidratanti (es: *Idravita, Dicodral o Pre Reid... scegliere quella più gradita al bambino!*)

In ultimo considerare la somministrazione di antipiretici: i farmaci ad uso antifebbrile indicati in pediatria sono sostanzialmente due:

- Paracetamolo (es: *Tachipirina, Efferalgan, Acetamol...*): dalla nascita in poi
- Ibuprofene (es: *Nurofen, Momentkid, Antalfebal...*): dai 3 mesi in poi a patto che pesi oltre 6 Kg

Quando dare antipiretici?

In maniera schematica possiamo dire che è opportuno abbassare la febbre nei bambini nei seguenti casi:

- se disagio (regoletta del 38: spesso ma non sempre, infatti, il disagio subentra dopo i 38°C!)
- se iperpiressia
- se storia di convulsioni febbrili o altre patologie croniche per le quali il pediatra abbia consigliato di non far salire troppo la febbre

A meno che non ci troviamo di fronte alle ultime due condizioni, non dobbiamo quindi farci guidare tanto dal termometro quanto dal comportamento del bambino e dal suo grado di tolleranza delle febbre. Vi sono infatti patologie in cui un significativo malessere diventa evidente ancor prima di arrivare a 38°C (es: morbillo) mentre in altre condizioni, temperature di 39-40° non determinano il gran disagio (es: sesta malattia).

Lo so che tutto ciò può suonare strano, ma è così! Se il piccolo ha febbre alta non è per nulla a disagio ma al contrario mangia a sufficienza, riposa tranquillo, ha momenti in cui sorride e gioca... probabilmente non ha bisogno di alcun antipiretico!

Ora una domanda per tutti i genitori affetti da *"fever-phobia"*: secondo voi fa più danni la febbre oppure le tonnellate di farmaci di cui spesso si vuole rimpinzare il bambino pur di farla scendere, talora senza neanche rispettare le pause tra le somministrazioni?

[Al questo link](#) troverete tutte le info su come e quando usare Tachipirina e Nurofen, se è possibile alternarli, quando bisogna abbassare il prima possibile la temperatura e quando invece (la maggioranza dei casi) è possibile semplicemente osservarla e lasciarla "allo sfogo" attendendo il giusto tempo tra le dosi di antipiretico.

[Febbre alta bambini: come e quando dare l'antipiretico?](#)