

La febbre è la condizione patologica più frequente nei bambini e che fin troppo spesso manda i genitori nel panico più del dovuto. Conoscere poche nozioni può aiutare a restare calmi e assistere efficacemente il proprio bambino: quale termometro usare? dove misurarla? quando è davvero necessario abbassarla? è utile dar sfogo alla febbre? quando bisogna invece allarmarsi?

## Quando si parla di febbre?

Facendo riferimento alla misurazione ascellare:

- Temperatura normale: inferiore a 37,2°C
- Febbricola: tra 37,2 e 38°C
- Febbre superiore a 38°C
- Iperpiressia: superiore a 40-40,5°C

Nb: per la misurazione orale o rettale, bisogna sottrarre mezzo grado per mantenere tali valori come riferimento.

## Quale termometro usare e dove misurare?

Quello ad oggi riconosciuto più affidabile dalle linee guida della Società Italiana di Pediatria per l'uso domestico è il termometro elettronico digitale e andrebbe utilizzato per via ascellare.

Esso è infatti il più veloce ed è sufficientemente preciso: è pur vero che, come lamentano molti genitori *“se si prova a misurare per tre volte consecutive la temperatura darà tre risultati diversi con qualche decimo di differenza”*... ma di certo non saranno questi “pochi decimi” di errore a modificare la gestione clinica di un bambino. Tale minimo margine di errore intrinseco nello strumento è dunque irrilevante per la gestione del pediatra.

Esistono altri tipi di termometro? - Breve parentesi...

- Termometro “ecologico” al Galinstan: strumento funzionalmente simile al tradizionale termometro a mercurio, ma che non contiene mercurio e quindi non inquina nello smaltimento! Il galinstan è una lega metallica non tossica come il mercurio. Lo svantaggio dei termometri al galinstan è che sono più lenti rispetto a quelli elettronici e sono supportati nell’uso ancora da pochi studi.
- Termometro a infrarossi (cutaneo o auricolare): sono sconsigliati in mani poco esperte (se ad esempio c’è cerume nell’orecchio può dare esiti falsati). Andrebbero usati solo da sanitari avendo il vantaggio di essere estremamente rapidi e adatti dunque a misurare la febbre a grandi numeri di pazienti in pronto soccorso o a ricovero.

E se la misuriamo in bocca o nel culetto?

- La via orale è sconsigliata in quanto il bambino, se non collabora, potrebbe rompere il termometro; essa può inoltre essere influenzata da fattori come l’assunzione di cibi caldi o freddi.
- La via rettale è a oggi considerata invasiva e non necessaria.

Qualora si scelga comunque di usare la via rettale oppure orale bisogna togliere “mezzo grado” se si vogliono mantenere i riferimenti di normalità di seguito descritti per la via ascellare, in quanto sia in bocca che in retto la temperatura è mediamente più alta di 0,5°C rispetto alla temperatura cutanea esterna.

Quando va abbassata la febbre?

In caso di febbricola o febbre la scelta di somministrare un antipiretico (**paracetamolo** o **ibuprofene**) è arbitraria e guidata dal grado disagio provato dal bambino. Se a 39° ad esempio sta un fiore non è urgente abbassarla a tutti i costi bombardandolo di supposte! Se invece a 37,5° già sta molto a disagio può essere utile dare un antipiretico tenendo conto che

il grado di disagio è correlato alla patologia di base che causa la febbre e non alla febbre stessa! Ad esempio il 37,5° di un morbillo abbatte molto più del 39,5° di una sesta malattia!

In caso di iperpiressia (oltre 40-40,5°C) è invece necessario adoperarsi per abbassarla: in questi casi solitamente il disagio è presente.

[Leggi anche - Come usare i farmaci antifebbrili?](#)

E' utile "dar sfogo" alla febbre?

Questa domanda viene posta da voi genitori abbastanza spesso. La risposta è SI, purchè non si arrivi all'iperpiressia. Il motivo è molto semplice: l'evoluzione ha voluto che il nostro organismo sviluppasse la capacità di "produrre" febbre con la finalità di mettere in difficoltà la crescita di batteri ed altri microrganismi. A temperature elevate infatti molti agenti patogeni rallentano la loro capacità di moltiplicarsi e ciò va a vantaggio del sistema immunitario impegnato a combatterlo.

Quando la febbre deve allarmare?

Il livello di allarme nella febbre non è di certo dato dal termometro, decimo più decimo meno, ma da altri fattori che ogni genitore deve conoscere e che approfondiamo in [quest'altro articolo](#).