

COMO MEDIR LA TEMPERATURA

Obtener una medición precisa de la temperatura de su niño requiere cierta práctica. Si usted tiene alguna pregunta acerca de este procedimiento, pídale a su médico o enfermera que le demuestre como se hace y luego haga que éste observe como usted lo hace.

Sacudir el termómetro de vidrio: Sacuda el termómetro hasta que éste por debajo de 37 grados C.

Tomar la temperatura: La temperatura rectal es la más exacta. La temperatura oral también es precisa si se realiza adecuadamente. La temperatura axilar es la menos precisa pero es mejor que no tomarla en absoluto.

- Para un niño menor de 5 años se prefiere la temperatura rectal.

La temperatura axilar es adecuada para muestreo si es tomada correctamente. Si la temperatura axilar está sobre 37 grados, verifíquela tomando la temperatura rectal.

- Para los niños mayores de 5 años tome la temperatura oralmente (en la boca).

Como tomar la temperatura rectal

- Haga que su niño se acueste boca abajo en sus faldas.

- Antes de insertar el termómetro aplique algo de vaselina a la punta del termómetro y a la entrada del ano.

- Inserte el termómetro aproximadamente dos centímetros, pero no fuerce la entrada.

- Mantenga al niño quieto mientras el termómetro está adentro.

- Deje el termómetro en el recto de su niño por dos minutos.

Como tomar la temperatura axilar

- Coloque el termómetro en la axila seca.

- Cierre la axila manteniendo el codo contra el pecho por 4 o 5 minutos. Se puede dejar de detectar la fiebre si se toma por menos de 4 minutos.

- Si está insegura del resultado, verifíquela con la temperatura rectal.

Como tomar la temperatura oral

- Esté seguro que el niño no ha tomado líquidos calientes ni fríos dentro de los últimos 10 minutos.

- Coloque la punta del termómetro debajo de un lado de la lengua y hacia la parte posterior. Una temperatura exacta depende de una adecuada posición. Pregúntele a un médico o una enfermera donde debe ir.

- Dígale a su niño que lo mantenga en posición con los dedos y los labios (no los dientes) y que respire a través de la nariz, manteniendo la boca cerrada.

- Déjelo dentro por 3 minutos.

- Si su niño no puede respirar por la nariz por tenerla tapada, trate de destaparla succionando con una perilla de goma.

Como leer un termómetro de vidrio

Encuentre donde la línea del mercurio termina rotando el termómetro hasta que pueda ver el mercurio.

TIPOS DE TERMOMETROS

- **Termómetros de vidrio con mercurio.** Este tipo de termómetros han sido usados desde 1870. Aunque son los menos costosos, estos marcan la temperatura lentamente y son frecuentemente difíciles de leer. Si usted tiene dificultad leyendo compre uno con cuatro zonas de colores.

Los termómetros de vidrio vienen en dos formas, oral con punta delgada y larga y los rectales con punta redondeada y corta. Esta diferencia no es muy importante. Si es necesario un termómetro rectal puede ser usado oralmente y viceversa siempre y cuando se tenga el cuidado de una meticulosa limpieza y una cuidadosa inserción rectal.

- **Termómetros digitales.** Los termómetros digitales registran la temperatura con un sensor de calor y funcionan con una batería de reloj. La medición es rápida en menos de 30 segundos.

La temperatura se muestra en números en una pantalla.

Un estudio demostró que son aún más exactos que los termómetros de vidrio. El mismo

termómetro puede ser usado para tomar temperaturas rectales y orales. Le aconsejo comprar uno para su familia, cuestan cerca de 5 dólares.

- **Termómetros para el oído.** Algunos hospitales y consultorios toman ahora la temperatura de su niño usando un termómetro infrarrojo que lee la temperatura de la membrana timpánica. En general la membrana timpánica provee una medición que es precisa o más precisa que la temperatura rectal. La ventaja sobresaliente de este instrumento es que mide la temperatura en menos de 2 segundos. Tampoco requiere cooperación por parte del niño y no causa molestia. Un termómetro para el oído de uso casero está siendo producido.

- **Cintas para la temperatura.** Las cintas de cristal líquido aplicadas a la frente y - - **Chupones sensibles a la temperatura.** Han sido estudiados y se encontró que no son precisos éstos no detectan fiebres altas en la mayoría de los niños con fiebre.

- **El tocar la frente** es de alguna manera confiable para detectar temperaturas por encima de 39 grados, pero tiende a escapar fiebres leves.

Dr. Reynaldo de Avila móvil 776 65559
591-3375800 Santa Cruz Bolivia

Adaptado de Barton D. Schmitt. Instructions for Pediatric Patients. Second Edition. Saunders 1999.