

MANEIG DE SÍMPTOMES EN PEDIATRIA

Unitat de Pediatria CAPSE

Desembre 2012

Us oferim en aquest document informació sobre cinc dels símptomes més freqüents amb els que us haureu d'enfrontar amb els vostres fills. La tos i la febre, segons les estadístiques, són els primers motius de consulta a Atenció Primària i a Urgències, respectivament. Tots els símptomes aquí inclosos poden ser part de les manifestacions de moltes malalties. En la població infantil, la immensa majoria d'elles seran infeccions, i entre aquestes, infeccions produïdes per virus. Es coneixen més de 100 varietats de virus que poden produir infeccions. Els nens en són el principal objectiu, ja que no tenen memòria immunològica contra ells. El nostre sistema immune aprèn a enfrontar-se a allò que l'ataca, i en guarda memòria. Inevitablement, doncs, hem de patir infeccions per fer-nos immunes als virus que les produeixen. Un cop memoritzada la defensa, quan entrem en contacte novament amb un virus, no li permetem que es desenvolupi i ens posi malalts.

Hi ha excepcions, com en Gramàtica, la més coneguda és el virus de la grip. Aquest virus pateix mutacions freqüents que canvien el seu perfil de reconeixement per part del nostre sistema immunològic. Això fa que una persona que ha patit la grip un any, la pugui tornar a passar l'any següent, ja que la memòria de les seves defenses no reconeixen al nou virus, tot i que la malaltia que produeix és la mateixa.

Sigui quina sigui la infecció, aquesta ens provoca malestar ([febre](#)), incomoditat ([mocs](#), [tos](#), [diarrea](#)) i pot derivar en complicacions (deshidratació per [vòmits](#) persistents). Per això es convenient prendre una sèrie de mesures per a controlar-los. Mesures que podem prendre a casa, sense haver d'esperar a que algú ens ho digui ni a ser visitats. **L'objectiu principal és que el nen es trobi millor.**

Donat que, com hem dit, la major part d'aquest símptomes es deuen a infeccions víriques, el tractament de les quals és el tractament dels símptomes, us oferim a continuació les mesures bàsiques per al seu maneig i els signes que us han de fer sospitar que hi pot haver alguna cosa més, situacions en què sí us recomanem demanar una visita al CAP per a la seva valoració.

FEBRE

Per què pot tenir febre?

La febre és el primer motiu de consulta en els serveis d'urgències dels hospitals i el segon en l'Atenció Primària. És un símptoma que genera molta angoixa familiar.

Parlem de febre quan la temperatura corporal és superior a 38°C. Les causes poden ser externes: excés de roba, temperatura ambiental alta; o internes: infeccions, reaccions vacunals o altres malalties.

Quan he de posar el termòmetre al nen?

- Si el nen és menor de 12 mesos i el trobo "raret", està plorós, no vol menjar.... Preferiblement mirarem la temperatura rectal.
- Si el nen és més gran acostuma a comentar quelcom que ens fa pensar que té febre: té fred, mal de cap, esgotament, poca gana..... A partir de l'any es pot mesurar a l'aixella.

Què he de fer si el termòmetre marca una temperatura > 38 °C?

- Mesures físiques: treure l'excés de roba, disminuir la temperatura ambiental, oferir líquids sovint per beure, bany amb aigua tèbia. No es recomana fer fregues amb alcohol en cap cas.
- Administrar antitèrmics:
 - a) Paracetamol (Paracetamol EFG, Apiretal[®], Gelocatil[®], Termalgin[®]...). És el fàrmac d'elecció, segons dosis recomanades pel vostre/a pediatre/a o infermer/a de pediatria. En el cas dels vòmits es pot utilitzar la via rectal amb supositoris de paracetamol (Febrectal[®], Melabon[®]).
 - b) Ibuprofè (Ibuprofè EFG, Dalsy[®], Junifen[®], Dolbufen[®], Apirofeno[®], Dadosel[®]...) és una bona alternativa, seguint les dosis indicades pel pediatre/a o la infermera de pediatria.

Què NO he de fer?

- No realitzar banys amb aigua freda, ni fregues amb alcohol.
- No administrar antibiòtics sense prescripció del vostre pediatre.
- No forçar al nen a menjar, doneu dieta tova, llet, sucs, iogurt..... és normal que perdin la gana mentre estan malalts. Si perden pes, el recuperaran després.

Signes d'alarma. Què he de vigilar?

- Aparició de taques vermell fosc que no desapareixen quan passem el dit per sobre d'elles, i que poden anar acompanyades de mal de cap i vòmits.
- Si el nen dorm contínuament, o bé està irritable i vomita tot el que menja.
- Si el nen té dificultat per respirar.
- Si el nen té menys de 3 MESOS d'edat.

Quan he d'anar al metge?

- En aquests quatre casos el nen ha de ser visitat per un pediatre/a en el temps més curt possible.
- Si la febre està acompanyada d'altres símptomes que us preocupin o bé dura més de tres dies també és convenient que el porti al seu pediatre/a.

[Tornar a l'inici →](#)

TOS

La tos és un mecanisme de defensa de la via aèria (nas, gola, laringe, tràquea i bronquis) per expulsar substàncies estranyes o secrecions que la irriteren. Consisteix en llançar aire a gran velocitat que és el que produeix el soroll característic.

Característiques de la tos:

És un símptoma molt molest que pot dificultar la son i interferir amb l'alimentació que pot durar dies i fins i tot setmanes.

Ni la duració ni la intensitat de la tos té relació amb la gravetat de la malaltia que la provoca. La tos acostuma a incrementar-se per la nit a l'hora d'anar a dormir i també al llevar-se al matí.

Per què pot tenir tos?

- Irritació de la gola, laringe, tràquea i bronquis provocat per una infecció, al·lèrgia, fums, cossos estranys,...
- Irritació del conducte auditiu extern o l'estómac.

El tipus de tos pot orientar en el diagnòstic:

- Tos tova: amb flemes i febre pot ser un procés infecciós.
- Tos seca: pot ser típica de processos irritatius, com asma i faringitis.
- Tos de gos: típica de laringitis i traqueïtis.
- Tos que apareix amb l'exercici: pot ser símptoma d'asma.
- Atacs de tos amb gall, amb envermelliment o cianosi de la cara són típics de la tos ferina.
- Tos que s'alleugereix durant la son: gran component psicògen o "nervis".

Què puc fer si té tos?

El tractament de la tos és casi sempre simptomàtic i poques vegades requereix medicaments.

Mesures generals: per tal de facilitar el pas d'aire per la via aèria

- Incorporar el capçal del llit
- No fumar ni permetre que ningú ho faci davant del nen
- Augmentar l'aport de líquids per fluidificar el moc
- Realitzar rentats nasals amb sèrum fisiològic si hi ha moc
- Un remei casolà, posar una ceba pelada i tallada a l'habitació on dorm el nen
- Donar un caramel si és una tos molt irritativa
- Respirar aire fred si és una atac de tos de laringitis.

Només en aquells casos que la tos sigui persistent i que impedeixi fer al nen una vida normal s'indicanen fàrmacs per calmar la tos (antitussígens), i en aquells casos en que la causa tingui un tractament específic com és el cas de la bronquitis o l'asma.

Signes de alarma, que cal vigilar ?

- Dificultat respiratòria.
- Dolor toràcic.
- Vòmits i dificultats per menjar.
- Tos en nens de menys de tres mesos

Quan he d'anar al metge?

En qualsevol dels casos anteriors i també si la tos és persistent i interfereix de manera important en la vida diària del nen.

[Tornar a l'inici →](#)

MOCS

Els mocs són secrecions de les vies respiratòries que s'expulsen a l'aire a través de la tos o els esternuts o són deglutides i eliminades amb les defecacions. El moc és una secreció que fabriquem tots contínuament i és normal. La molèstia apareix quan la secreció és molt abundant, com passa amb les infeccions catarrals.

Evolució dels mocs en les infeccions respiratòries:

La mucositat nasal va canviant de color a mesura que avança la malaltia. Primer és com "aigueta" que s'escapa pel nas, però de seguida es converteix en mucositat blanca, groga i finalment verdosa. Això no és un signe de complicació ni de necessitat de tractament antibiòtic.

Per què els nens són tan "mocosos"?

- Perquè estan en contacte amb altres nens i adults acatarrats que els hi transmeten el refredat.
- Perquè la seva immunitat no és madura: el seu sistema de defensa no reconeix a tots aquests microbis i s'infecten amb més facilitat, provocant l'augment de producció de moc a les mucoses.
- Pot ser que el seu fill/a porti mocs des de octubre a maig i això no significa que tingui cap defecte en el seu sistema immunològic.

On es contagien les infeccions respiratòries que provoquen aquest moc?

Habitualment a locals tancats (aules de classe, escoles bressol...) perquè el contacte és més estret i com hi ha menys ventilació les estosesgades i els esternuts carreguen més l'ambient de virus. També compartir objectes (p ex joguines) que van de mà en mà i aquestes a la boca.

Com es tracten?

- Millorant els símptomes: rentats nasals amb sèrum fisiològic.
- Assegurar una bona hidratació.
- Els mucolítics tenen una eficàcia dubtosa.

Poden evitar-se?

DIFÍCIL evitar l'aparició dels mocs a l'edat escolar, però el **RENTAT DE MANS FREQUENT** és un dels millors hàbits per evitar la transmissió de malalties infeccioses. I volem dir el rentat de mans dels nens que ho puguin fer i, sobre tot, dels adults que en tenen cura (família i escola).

Quan he d'anar al pediatre?

Els refredats que no es compliquen es curen sols i no necessiten cap tractament.

Les complicacions són produïdes per bacteris: otitis, sinusitis, conjuntivitis o pneumònies. Aniré al pediatre:

- Si hi ha febre que persisteixi la febre més de 3 dies.
- Quan hi hagi mal l'oïda.
- Quan hi hagi dificultat per respirar.
- Quan el moc duri més de 10 dies, amb mal de cap.

[Tornar a l'inici →](#)

VÒMITS

Què és el vòmit?

És l'expulsió per la boca del contingut de l'estómac que pot ser o no ser parcialment digerit.

Els vòmits són molt freqüents en nens i no acostumen a representar cap malaltia per sí sols, sinó una manifestació d'altres malalties. Poden acompanyar-se de diarrea, refredat, mal d'oïdes, faringitis...

Alguns nens s'esforcen tant al vomitar que poden presentar taquetes vermelles petitoques a la cara, coll i part superior del pit que s'anomenen petèquies.

Molts lactants després de les preses treuen petites quantitats de llet sense cap esforç que s'anomenen regurgitacions i són normals.

Què he de fer?

- Oferir-li petites quantitats de líquids ensucrats freqüentment. En lactants i nens petits utilitzarem preferentment sèrum de rehidratació oral. En nens més grans podem provar amb el mateix sèrum o amb aigua, suc natural o infusions amb sucre. Es poden donar amb xeringa o cullera.
- Els lactants que fan lactància materna han de seguir prenent pit.
- Un cop toleri els líquids s'han d'oferir aliments que li vinguin de gust, sense forçar, evitant menjars forts.
- Deixeu que descansi o dormi, la son ajuda a buidar l'estómac i millora els vòmits.

Què no he de fer?

- Deixar que begui grans quantitats de líquids, això accentuarà els vòmits i el malestar augmentarà.
- Donar medicacions per evitar el vòmit sense consultar abans amb el pediatre. En general, no estan recomanats.

Quan he de consultar al pediatre?

- Si és un nen menor d'un mes i vomita "en xorro" totes les menjades.
- Si el seu fill és més petit de quatre mesos i vomita 2-3 preses i també té febre.
- Si apareixen signes de deshidratació: boca i llavis secs, ulls sense brillo, enfonsats i sense llàgrimes, set intensa i disminució important d'orina.
- Si els vòmits contenen sang.
- Si el seu fill té alguna malaltia crònica (ex. *Diabetis mellitus*) o vomita alguna medicació indispensable (ex. tractament per epilèpsia).

[Tornar a l'inici →](#)

DIARREA

La diarrea es defineix com un augment en el nombre i/o alteració de la consistència de les femtes en relació al ritme habitual de defecació. Aquest procés pot anar acompanyat de febre i/o vòmits.

Per què pot tenir diarrea?

- Per un procés infecciós, que és el més habitual.
- Perquè hagi menjat un aliment en mal estat.
- Com a efecte indesitjable d'un medicament com, per exemple, un antibiòtic.

Què he de fer si te diarrea?

- Si el nen és menor de 6 mesos, prengui pit o lactància artificial, continuarà amb les presses habituals sense forçar, oferint-li sèrum de rehidratació oral entre les mateixes.
- S'han d'administrar líquids (sèrum de rehidratació oral especial per a nens) sovint i en petites quantitats durant les 6 primeres hores.
- Si el nen té gana i no vomita pot menjar el que vulgui.
- Observar el nombre, quantitat i aspecte de les deposicions.
- La diarrea causada per una infecció és contagiosa, així doncs rentar-se les mans amb freqüència sobre tot a l'hora de manipular el menjar i en el canvi de bolquers.

Què no he de fer?

- No donar líquids i aliments molt ensucrats com refrescos de cola i suc comercials ja que poden augmentar la diarrea.
- No s'ha de restringir l'administració de llet o iogurts.
- No portar el nen a l'escola bressol fins que no es normalitzin les deposicions.

Quan he d'anar al metge?

- Cal consultar al pediatre si continua la diarrea sense millorar en 5-7 dies.
- Si hi han vòmits continus.
- Si es troben restes de sang a les femtes.
- Si persisteix la febre per damunt de 39°C.

[Tornar a l'inici →](#)