

Casa, consulta o urgencias

Cómo decidir el siguiente paso cuando tu hijo tiene fiebre

No necesitas descubrir qué enfermedad tiene para pedir la ayuda adecuada. Empieza por observar cómo está, su edad y cómo evoluciona.

CASA · Vigilar con un plan

Responde, respira bien, logra hidratarse y no hay señales de alarma ni motivos de valoración prioritaria. **Páginas 3 y 4.**

CONSULTA · Organizar su valoración

Está estable, pero hay un síntoma, una duda o una evolución que necesita revisión. **Página 5.**

URGENCIAS · Actuar sin esperar

Hay dificultad respiratoria, respuesta alterada u otra señal de alarma. **Páginas 6 y 7.**

Primero descarta señales de alarma y revisa la edad. Si no respira bien, no responde o presenta una convulsión que requiere ayuda inmediata, no esperes a terminar la guía.

Dr. Víctor Hugo Espinoza Román

Pediatra e Infectólogo Pediatra

Más criterio. Menos miedo.

La decisión empieza por tu hijo.

El termómetro aporta un dato. La edad, el estado general, la respiración, la hidratación y la evolución le dan contexto. No hay una sola cifra que decida por todos los niños.

Ordena lo que observas

- **Edad y antecedentes:** ¿es un bebé pequeño?, ¿tiene una enfermedad importante o un plan médico especial?
- **Respuesta y respiración:** ¿te mira y se deja consolar?, ¿respira con comodidad?
- **Líquidos y orina:** ¿puede beber?, ¿sigue orinando?
- **Evolución:** ¿desde cuándo tiene fiebre?, ¿está mejor, igual o peor?, ¿hay síntomas nuevos?

La edad cambia la prioridad

Menor de 3 meses y 38 °C o más: contacta ahora para valoración médica urgente, aunque parezca estar bien.

De 3 a 6 meses y 39 °C o más: solicita valoración prioritaria sin esperar al día siguiente.

Si está estable, el profesional puede indicar dónde valorarlo. Si hay señales de alarma o no consigues atención pronta, busca un servicio de urgencias. No retrases la atención intentando que baje la temperatura.

Con defensas bajas, enfermedad importante o indicaciones médicas particulares, sigue su plan y solicita orientación inmediata. Si sospechas fiebre en un menor de 3 meses aunque no la hayas medido, contacta también ahora.

¿Cuándo puedes vigilar en casa?

Quedarte en casa significa acompañarlo, aliviar su malestar y seguir observándolo. Es una opción si **no hay señales de alarma, criterios por edad ni motivos de consulta** y se cumple lo siguiente:

- Responde de forma parecida a la habitual y despierta con facilidad.
- Respira sin esfuerzo y conserva su color habitual.
- Acepta líquidos y continúa orinando.
- No tiene dolor intenso ni vómitos que impidan hidratarlo.
- No está extremadamente decaído y no está empeorando.
- Puedes vigilarlo y tienes forma de pedir ayuda si cambia.

La fiebre alta, por sí sola, no decide urgencias

En un niño **mayor de 6 meses, previamente sano**, que responde, respira bien, se hidrata y no presenta señales de alarma, 39 o incluso 40 °C no obligan por sí solos a ir a urgencias. El resto del cuadro puede cambiar la decisión.

Estar cansado o incómodo puede acompañar a la fiebre. Estar desconectado, muy difícil de despertar o con deterioro evidente necesita otra respuesta.

Casa no significa que ya no tenga fiebre. Significa que, por lo que observas en ese momento, puedes continuar la vigilancia con seguridad.

Vigilar significa comparar.

No necesitas observarlo cada cinco minutos. Sí necesitas reconocer cuándo está igual, mejor o peor y volver a decidir cuando algo cambia.

Un plan sencillo en casa

- **Ofrece líquidos con frecuencia.** Si toma pecho, continúa ofreciéndolo. Observa lo que realmente acepta.
- **Facilita el descanso y el confort.** Usa ropa cómoda; evita abrigarlo de más.
- **Alivia el malestar.** Si requiere un antipirético, utiliza solo uno adecuado para su edad y situación, con la dosis y el intervalo indicados. No adelantes dosis por una cifra alta.
- **Revisa la evolución, también por la noche.** Anota cambios importantes y medicamentos administrados.

En cada revisión, pregúntate

- ¿Me mira y responde como antes?
- ¿Respira igual o le cuesta más?
- ¿Bebe y orina menos?
- ¿Apareció dolor, vómito u otro síntoma?
- ¿Se ve mejor, igual o peor?

Si aparece un motivo de consulta, contacta al pediatra. Si aparece una señal de alarma, busca atención urgente. Una decisión de “casa” no es permanente.

Que baje la fiebre no descarta una enfermedad seria. Que siga por encima de lo normal tampoco significa que debas aumentar el medicamento. Observa el bienestar y el conjunto de señales.

No todo necesita urgencias. Algunas cosas sí necesitan consulta.

Si está estable y no tiene señales de alarma, **contacta hoy al pediatra** para explicar lo que sucede y acordar cuándo debe verlo. No reserves una cita lejana sin comunicar los síntomas.

Motivos para solicitar valoración

- La fiebre persiste alrededor de **72 horas**, continúa sin una causa clara o reaparece.
- Tiene dolor persistente de oído, dolor importante de garganta, dolor al orinar o dolor abdominal persistente.
- La tos empeora, vomita repetidamente aunque retiene algo de líquido, o come y bebe mucho menos.
- Orina menos, sigue decaído aunque responde o algo en su evolución te preocupa.
- No sabes interpretar su respiración, hidratación o comportamiento y no te sientes segura vigilándolo en casa.

Las 72 horas no son un tiempo de espera

Son una referencia para reevaluar, **no un requisito para pedir ayuda**. La edad, los antecedentes, los síntomas nuevos y el empeoramiento pueden justificar una consulta mucho antes.

En bebés, revisa primero los criterios de la página 2. En cualquier edad, un empeoramiento rápido, dolor muy intenso o una señal de alarma cambia la decisión a urgencias.

Mientras consigues la consulta: ofrece líquidos, observa cómo responde y respira, y registra los cambios. Si no consigues atención en el plazo indicado, busca otra opción de valoración.

Hay señales que no deben esperar.

Una sola señal de alarma basta para buscar atención urgente. No necesitas reunir varias ni esperar a que suba más la temperatura.

1. Dificultad para respirar

- Se hunde marcadamente el pecho entre o debajo de las costillas.
- Respira con mucho esfuerzo, hace quejidos o presenta pausas respiratorias.
- Le falta el aire para hablar, llorar o beber.
- Los labios o la lengua se ven azulados.

2. Alteración importante de su respuesta

- Es muy difícil despertarlo o no responde como acostumbra.
- Está excesivamente flácido, parece desconectado o tiene confusión persistente.
- Pierde el conocimiento o muestra un deterioro evidente.

La respiración y la respuesta tienen prioridad

Si le cuesta mucho respirar, no responde o pierde el conocimiento, llama a los servicios de emergencia. **No retrases la ayuda para medir otra vez la temperatura o probar un medicamento.**

Dormir más durante una enfermedad puede ocurrir. No poder despertarlo adecuadamente es diferente. Una temperatura poco llamativa no vuelve menos importante una señal de alarma.

También busca ayuda ante estas situaciones.

Convulsiones

Si es su **primera convulsión**, pide ayuda de emergencia. También si dura más de cinco minutos, se repite sin recuperar su estado habitual, le cuesta respirar o no despierta después. Los movimientos de un solo lado o una recuperación anormal requieren valoración urgente.

Mientras llega la ayuda: colócalo de lado en un lugar seguro, mide el tiempo y no lo sujetes ni pongas objetos o líquidos en su boca. Si tiene un plan médico para convulsiones, síguelo.

Manchas preocupantes o rigidez de cuello

Manchas rojas o moradas que no desaparecen al presionarlas necesitan atención urgente, especialmente si se ve enfermo. La rigidez de cuello con fiebre también es una señal de alarma.

Incapacidad para hidratarse

Vomita todo, no puede beber por sueño o debilidad, o reúne varios signos como boca muy seca, ojos hundidos, muchas horas sin orinar y decaimiento marcado. No es lo mismo que beber un poco menos pero seguir aceptando líquidos.

Dolor intenso o empeoramiento rápido

Un dolor muy intenso o un cambio importante y rápido en su estado general justifican atención urgente.

Si algo es claramente diferente, tómallo en serio

Su mirada, respiración y forma de responder importan aunque el termómetro no marque una cifra alta. Si no sabes interpretar el cambio, solicita valoración.

Una ruta para cuando cuesta pensar.

Hazte estas preguntas en orden. Si aparece una señal de alarma, actúa sin completar el resto.

1 · ¿Hay una señal de alarma?

Dificultad respiratoria, respuesta alterada u otra alarma de las páginas 6 y 7.
Sí → URGENCIAS. No → continúa.

2 · ¿La edad exige valoración prioritaria?

Menor de 3 meses con 38 °C o más, o de 3 a 6 meses con 39 °C o más.
Sí → Contacta ahora para valoración. No → continúa.

3 · ¿Puede beber y sigue orinando?

Si no puede hidratarse o está muy decaído → **URGENCIAS.**

Si bebe u orina menos, aunque acepta líquidos → **CONSULTA.** Si lo hace como acostumbra → continúa.

4 · ¿Hay algo que necesite revisión?

Fiebre persistente o que reaparece, síntomas nuevos, evolución inesperada o dudas para vigilar.

Sí → CONSULTA. No → continúa.

5 · ¿Está estable y puedes vigilarlo?

Si cumple las condiciones de la página 3 → **CASA con vigilancia.** Si no estás segura → solicita orientación.

Este recorrido no sustituye la valoración ni los planes médicos especiales. Repite la observación si cambia su estado.

La misma fiebre, decisiones diferentes.

Ejemplos orientativos: presuponen que no hay otros antecedentes o señales que cambien la decisión.

1 · 6 años, 39.8 °C → CASA

Está cansado, pero responde, bebe, orina y respira bien. Sin alarmas ni otro motivo de consulta: la cifra alta, por sí sola, no indica urgencias.

2 · 2 años, 38.4 °C por tres días → CONSULTA

Está estable, pero sigue con fiebre sin causa clara. La persistencia justifica reevaluación; no necesita esperar a verse peor.

3 · 4 años, 38.2 °C → URGENCIAS

Se le hunden las costillas al respirar. La dificultad respiratoria determina la acción, aunque la temperatura no parezca muy alta.

4 · 7 semanas, 38 °C → VALORACIÓN URGENTE

Está tranquilo y toma leche. Aun así, contacta ahora: la edad obliga a valorarlo sin esperar otros síntomas. Con alarmas o sin acceso pronto, urgencias.

5 · 5 años, baja de 39 a 38.5 °C → CASA

Ahora juega, pide agua y respira normal; no hay otros motivos de valoración. Puede vigilarse aunque no llegue a 36.5 °C. La mejoría no anula señales de alarma.

La decisión puede cambiar. Tu plan también.

Un niño puede estar estable y empeorar después. También puede recibir una valoración y continuar en casa. Vigilar es un proceso, no una clasificación permanente.

Antes de quedarte en casa o esperar la cita

- Ten a mano el contacto de su pediatra y una opción de atención si no responde.
- Comparte el plan con quien vaya a cuidarlo: qué observar y qué cambios requieren ayuda.
- Si aparece una señal de alarma, busca urgencias. Si aparece un motivo de consulta, contacta al pediatra.

Para explicar lo que sucede

“Tiene ____ de edad. La fiebre empezó _____. Medí ____ °C en _____. Así respira y responde: _____. Ha bebido ____ y orinado _____. Lo que cambió o me preocupa es _____.”

¿Qué necesita mi hijo en este momento?

Esa pregunta puede ayudarte a decidir antes de saber el nombre de la enfermedad. **Más criterio. Menos miedo.**

Esta guía es una muestra de Mamá Decide

El acceso total incluye las **herramientas pediátricas interactivas** durante **12 meses** y el ebook **Fiebre sin miedo**, con un pago único, sin recurrencia ni renovación automática.

mamadecide.com

Base editorial: capítulo aportado de Fiebre sin miedo, secciones 27–30: “Casa, consulta o urgencias”. Guía práctica basada en las secciones 27–30.

Apoyo clínico: NHS: fiebre en niños; AAP: primeros auxilios para convulsiones.

Material educativo. No diagnostica ni sustituye la valoración o las indicaciones individualizadas de un profesional.