

Informação Geral

A USF ALPHA funciona em 2 pólos localizados nas freguesias de Válega (sede) e São Vicente Pereira e Jusã.

Válega (sede):

- Morada: Rua do G.A.C., 3880-501 Válega
- Telefone: 256590060 FAX: 256590069
- E-mail: usf_alpha@csovar-min.saude.pt

São Vicente Pereira e Jusã:

- Morada: Av. do Emigrante, 3880-820 São Vicente Pereira e Jusã
- Telefone/fax: 256890406
- E-mail: usf_alpha_svpereira@csovar.min-saude.pt

Pode encontrar a USF ALPHA no seu sítio da internet:

www.usfalpa.com

O que fazer em caso de Febre?



Elaborado por:	Revisto por:	Aprovado em CG a:
Inês Figueiredo		

O que fazer em caso de Febre?

A febre é um aumento da temperatura corporal.

A causa mais frequente de febre é a infeção.

A temperatura corporal varia ao longo do dia e segundo o local do corpo em que é medida.

Há febre quando a temperatura, medida na axila, é superior a 37,2 – 37,5°C, ou mais meio grau, se é medida no reto.

A febre pode acompanhar-se de ruborização da pele, suor e calafrios.

Para medir a temperatura já não são aconselhados os termómetros de mercúrio, porque se se partem podem contaminar o meio ambiente.



O que deve fazer?

Se pensa que tem febre, a primeira coisa a fazer é medir a temperatura corporal, de preferência na axila, ou, no caso de se tratar de uma criança pequena, no reto.

Se se confirmar que tem febre, deve fazer o seguinte:

- Beber muita água e evitar agasalhar-se demasiado;
- Nas crianças, para evitar uma subida excessiva da temperatura, pode ser aconselhável despi-los, sobretudo se tiverem menos de 6 anos. Se isto não for suficiente para controlar a temperatura, pode-se dar banho em água tépida (não os deixar sozinhos no banho!);
- Se a temperatura for superior a 38º C na axila e 38,5º C no reto, pode-se tomar um antipirético que tenha sido aconselhado anteriormente pelo médico;
Os antipiréticos mais usados são: o paracetamol e o ibuprofeno. Não se recomenda a utilização de ácido acetilsalicílico (Aspirina®) em crianças com menos de 16 anos.
- Lembre-se que a febre é um sintoma, não é uma doença e o mais importante é saber qual o motivo que a produz;
- Não usar antibióticos sem serem indicados pelo médico.



Quando consultar o seu Médico de Família?



Lembre-se que é mais importante o bom estado geral do que a temperatura: se tem **mau estado geral** ou **falta de ar**, consulte o médico;

- Se a febre tem mais de 72 h de duração, sem causa conhecida;
- Se tem alguma doença crónica que favoreça a infeção;
- Na criança, se tem menos de 3 meses, se a temperatura é maior de 40º C ou se chora e é difícil de consolar, consultar o médico;

Deve também consultá-lo se a criança está muito irritada, sonolenta ou confusa, se vomita repetidamente ou se tem dor de cabeça intensa ou aparecem pintas ou manchas avermelhadas na pele.

Uma subida ou descida rápidas da temperatura podem provocar convulsões em crianças com menos de 5 anos. São as chamadas convulsões febris. Apesar de muito alarmantes, duram menos de 5 minutos e cessam espontaneamente sem complicações;

Se o seu filho tiver uma crise convulsiva, coloque-o de lado, evite que se magoe com objetos próximos e que se engasgue com alimentos. Desaperte a roupa. Se não cessar em 5 minutos, consulte o médico.