

Medir a febre numa criança que está doente, leva muitos pais a questionar qual o tipo de termómetros se aconselha a comprar e utilizar. A resposta não é fácil e depende do grau de compreensão e dinheiro que se pode ou quer gastar. Os termómetros digitais com aspecto semelhante aos antigos termómetros de vidro, parecem-me ser a escolha acertada. Todos os termómetros de aplicação clínica têm vantagens e inconvenientes.

Em primeiro lugar é importante ter a noção do que é febre. Ela define-se de um modo simples como o **aumento da temperatura interna acima dos 38,3°C**, (mais habitualmente utiliza-se os 38°C) numa criança em repouso, sem estar submetida a exercício físico ou exposta a temperaturas exteriores elevadas. Para os pais ou cuidadores das crianças, é mais importante saber se existe febre, do que quantificar o seu valor. A temperatura avalia-se através de termómetros, sendo a medição da temperatura corporal feita na boca, no ânus ou no canal auditivo. A temperatura ano-rectal apesar de mais difícil de medir e intolerada por muitos é de facto a mais rigorosa e fiável.

Há à disposição vários tipos de termómetros para avaliar a temperatura. Desde os termómetros corporais clássicos e convencionais, de vidro com coluna de álcool (os de mercúrio foram retirados por questões ambientais), termómetros digitais ou electrónicos, termómetros por infravermelhos, termómetros de cristais líquidos para contacto cutâneo, termómetros para medição no ouvido, termómetros incorporados em chupetas, etc... É difícil dizer qual o termómetro ideal, pois todos têm a mesma função e o mais importante é aplicá-lo correctamente e de acordo com as instruções dos fabricantes. É também importante a prática que se tem na aplicação e na medição da temperatura. Actualmente e com o abandono progressivo dos termómetros clássicos convencionais os mais populares e baratos são os digitais.

Termómetros clássicos e convencionais, de coluna – São de vidro com uma escala. O líquido por aquecimento sobe na escala. Podem utilizar-se para medir a temperatura na superfície corporal (na axila ou na virilha), na boca ou no ânus. São rigorosos mas têm o inconveniente de ser quebráveis, e a medição ser demorada (geralmente entre 3 e 5 minutos quando na axila ou virilha e 1 a 2 minutos na zona ano-rectal). Antes de colocar deve verificar-se que a coluna colorida está abaixo dos 36°C. Após a sua utilização devem ser limpos com algodão embebido em álcool

Termómetros digitais – São actualmente os mais populares. Com uma forma semelhante aos termómetros clássicos, funcionam com uma pequena bateria (pilha) e têm um preço acessível. Têm um mostrador que indica qual a temperatura e geralmente têm um sinal sonoro que indica o fim da medição. São os mais fiáveis. O tempo de medição, apesar de menor que nos anteriores, demora cerca de 2 minutos de aplicação. Após a sua aplicação devem ser limpos com algodão embebido em álcool. O termómetro de chucha é uma variante deste tipo de termómetros utilizado em crianças pequenas. Também deve ser lavado de acordo com as instruções do fabricante após cada utilização.

Termómetros por infra vermelhos – São os mais modernos e utilizam tecnologia electrónica funcionando com uma pequena bateria (pilha, que por vezes se tem de substituir). Têm uma medição muito rápida, quase imediata, durando apenas algumas fracções de segundo e emitem um sinal sonoro no fim da medição.

Há os que medem por contacto e os que medem a uma pequena distância da pele. Outros combinam estas duas modalidades. São exemplo destes, os de medição na testa, na região da artéria temporal ou nos ouvidos. São talvez os que as crianças mais pequenas melhor aceitam. No entanto têm como inconveniente o elevado preço e são os mais difíceis de utilizar necessitando-se de alguma prática. São geralmente comercializados ou fabricados por empresas com marcas comerciais conhecidas no campo da medicina ou da puericultura.

Termómetros de cristais líquidos – São pequenas tiras geralmente rectangulares que se aplicam na pele da testa e que ou vão mudando de cor á medida que a temperatura aumenta ou mostram o valor medido numa escala impressa. O seu funcionamento é por cristais líquidos termo sensíveis. A medição pode durar 1 ou mais minutos e muitos deles são descartáveis. A medição não tem a mesma precisão que os outros termómetros. Não são muitos fiáveis e por isso não se aconselham para avaliar a febre.

As temperaturas medidas variam consoante o método ou o tipo de termómetro utilizado. Assim:

Medição ano-rectal – Utilizam-se os termómetros clássicos convencionais ou os digitais. É a medição mais confiável e precisa comparando os vários métodos. Contudo é mal aceite pelas crianças já com alguns meses e é pouco prática. Nas crianças (para evitar lesões) deve utilizar-se um termómetro de ponta curta e romba. Considera-se febre quando a temperatura medida está acima dos 38°C.

Medição na boca - Utilizam-se os termómetros clássicos convencionais, ou os digitais com ou sem a modalidade de incorporados na chucha. Idealmente o termómetro deve ser aplicado debaixo da língua mantendo a boca fechada 1 a 2 minutos. A medição pode ser influenciada por ingestão prévia de alimentos ou bebidas frias ou quentes, pelo que deve ser utilizado antes destas ingestões. Considera-se haver febre com valores medidos acima dos 37,5°C

Medição na axila – Utilizam-se os termómetros clássicos convencionais ou os digitais. É fácil de medir embora muitas crianças reajam mal à sua aplicação por se sentirem presos uma vez que é preciso manter o braço imóvel junto ao tórax. Em termos práticos dizemos que há febre acima de 37,5°C.

Medição no ouvido – Utiliza-se um termómetro de infravermelhos. De muito fácil utilização, apesar de haver crianças que reagem mal à sua aplicação. O seu uso implica prática e é influenciado pela presença de cerúmen no canal auditivo ou otite externa ou média. A medição pode não coincidir nos dois ouvidos. Em termos práticos dizemos que há febre se a temperatura está acima de 37,5°C.

Outra leitura recomendada: - Febre (texto de apoio à consulta)