Continue

O que pode dar febre

Aprenda mais sobre a febre, fatores que podem causá-la, como pode se manifestar e a melhor conduta para o seu paciente! Bons estudos! A febre é um dos sintomas que mais denunciam um evento infeccioso, embora também esteja presente em doenças autoimunes e autoinflamatórias. Por esse motivo, é importante que o médico generalista não apenas saiba reconhecer o quadro febril, mas também manejá-lo da melhor forma possível. Mas afinal: o que de fato é a febre? A febre consistitui a elevação da temperatura corporal acima da faixa de normalidade associada a um aumento no ponto de ajuste hipotalâmico. Esse parâmetro associado ao ponto talâmico é especialmente importante, considerando que é isso que diferencia uma febre de uma hipertermia. Sendo assim, na hipertermia não há alteração no centro hipotalâmico, diferente da febre. Aind, é importante ter em mente que a febre não é uma doença, é um mecanismo de resposta do organismo a alguma anomalia. Parâmetros de temperatura corporal normal: como saber se é uma febre? Para identificar a febre necessita-se algumas convenções de temperaturas corporais normais. Além dessas temperaturas estáticas, as variações de temperaturas ao longo do dia também são convencionadas. Em estudos de grande magnitude, concluiu-se que uma faixa de normalidade esperada de temperatura corporal é de 35.3ºC a 37,7ºC, com uma média de 36,7ºC. Ainda, considerando variações corporais, tem-se temperaturas: Axilar: 36,7º; Oral: 37,8ºC; Retal: 38ºC. Ao longo do dia, a temperatura corporal pode variar, ainda, cerca de 0.5ºC, ou mesmo ultrapassar 1,0ºC. Controle hipotalâmico da temperatura corporal: entendendo a febre A capacidade de regular a temperatura corpórea é uma características dos animais homeotérmicos. Para exercer esse equilíbrio, a atuação do hipotálamo faz-se protagonista no processo. Esse órgão encefálico é constantemente informado a respeito da temperatura corporal, por meio de: Termorreceptores periféricos; Neurônios, com função secundária de termorregulação. Figura 1: Mecanismo de termorregulação. Sendo assim, o hipotálamo trabalha como um termostato, ajustado para a manutenção da temperatura de órgãos internos próxima à 37ºC. Através do equilíbrio entre a perda de calor periférica, como vemos na imagem, e a produção interna de calor pelo metabolismo orgânico. Fisiopatologia da febre: como o seu processo ocorre? A febre ocorre pela ação de fatores pirogênicos sobre o centro termorregulador do hipotálamo, elevando o limiar térmico e desencadeado respostas metabólicas de produção e conservação de calor. Algumas dessas respostas são: Tremores; Vasoconstrição periférica; Aumento do metabolismo basal. A conservação de calor, então, pode se dar por meio de 2 vias: humoral 1 e humoral 2. Via humoral 1 e a febre A via humoral 1 consiste na ativação dos receptores TLR-4 na barreira hematoencefálica por fatores exógenos (principalmente microorganismos). Esses pirogênicos exógenos estimulam os leucócitos a liberar pirogênios endógenos como a IL-1 e TNF que aumentam as enzimas (ciclo-oxigenases) responsáveis pela conversão de ácido araquidônico em prostaglandina. No hipotálamo, a prostaglandina, principalmente a prostaglandina E2, promove a ativação de receptores do núcleo pré-óptico, levando ao aumento do ponto de ajuste hipotalâmico. Via humoral 2 e a febre Quanto à via humoral 2, pode ocorrer de forma direta ou indireta. No caso da via indireta, as citocinas irão ativar os receptores TLR-4 na barreira hematoencefálica, desencadeado toda a sequência descrita na via humoral 1. Já na via direta, as citocinas funcionam diretamente no núcleo pré-óptico, aumentando o ponto de ajuste hipotalâmico . Quando a temperatura ultrapassa o novo limiar, os interruptores de dissipação de calor (vasodilatação periférica, sudorese e transpiração) acionados, tendem a reduzi-la novamente. Desta forma, na resposta febril, a termorregulação preservada, ainda que em nível mais elevado, mantem o ciclo circadiano fisiológico (temperatura máxima entre 16 e 20hrs, mínima entre 4 e 6hrs). Os principais pirogênios endógenos são os IL-1 e IL-6, o TNF e o IFN e, mais recentemente ouvido, a IL-8 e o MIP-1. Já os pirogênios exógenos principais são os microorganismos intactos, produtos microbianos, complexos imunes, antígenos não-microbianos, drogas e outros agentes farmacológicos. Sinais e sintomas relacionados à febre Os sinais e sintomas da febre estão envolvidos com as respostas metabólicas à ação dos pirogênios. Podem ser observados calafrios, piloereção, extremidades frias (em decorrência da vasoconstrição periférica), posição fetal , taquicardia, taquipnéia, taquisfigmia, oligúria, náusea e vômito, convulsões (principalmente em crianças), delírios e confusão mental, astenia , inapetência e cefaleia, sudorese (após a cessação da febre). Devem ser persistentes as seguintes características semiológicas da febre: início, intensidade, duração, modo de evolução e termo . O início pode ser súbito ou gradual, já a intensidade classifica-se como leve (até 37,5°C), moderadamente (37,6 a 38,5°C) ou alta (acima de 38,6°C). Em relação à duração, a febre pode ser recente (menos de 7 dias) ou prolongada (mais de 7 dias). Evolução da febre: como pode ocorrer? O modo de evolução, avaliado através de um quadro térmico, com verificação da temperatura uma ou duas vezes por dia ou até de 4 em 4 horas, a depender do caso. Classicamente, tem-se os seguintes padrões evolutivos: Contínua: permanece sempre acima do normal com variações de até 1 grau, sem grandes oscilações. Irregular ou Séptica: picos muito altos intercalados baixas temperaturas ou apirexia, sem nenhum caráter cíclico nessas variações. Remitente: há hipertermia diária com variações de mais de 1 grau, sem períodos de apirexia. Intermitente: a hipertermia é ciclicamente interrompida por um período de temperatura normal. Pode ser cotidiana, terçã (um dia com febre e outro sem) ou quartã (um dia com febre e dois sem). Recorrente ou Ondulante: semanas ou dias com temperatura corporal normal até que períodos de temperatura elevada ocorram. Durante a fase de febre não há grandes oscilações. Por fim, o término da febre pode ser súbito ou gradual. O término súbito, chamado de crise, apresenta sudorese profusa e prostrações. O término gradual é denominado de lise e apresenta uma diminuição da temperatura dia após dia, até alcançar os níveis normais. Diagnosticando a febre O diagnóstico de febre é basicamente clínico, ou seja, a aferição da temperatura, juntamente com os principais sinais e sintomas são suficientes. Pensando na possibilidade de um quadro infeccioso, a anamnese e o exame físico somados ditarão a conduta, incluindo a necessidade de exames complementares e tratamento específico. A investigação de outras queixas é de extrema importância para o diagnóstico da etiologia da febre. Alguns sintomas podem ser simplesmente associados ao quadro febril, como mialgia, cefaléia e fraqueza. Porém alguns outros já são mais indicativos da etiologia, por exemplo, tosse produtiva e dispneia podem apontar uma pneumonia. O padrão cronológico também é muito importante para o diagnóstico da causa da febre. Febres com intervalos de 1-2 dias estão relacionadas com malária (Plasmodium vivax e P. falciparum, respectivamente). Por outro lado, febre recorrente pode ser observada em pacientes com HIV, linfoma de Hodgkin ou outros linfomas. Outro diferencial no diagnóstico da etiologia da febre é saber se o paciente está vindo da comunidade ou estava previamente internado. No caso do paciente internado, pode-se pensar em infecções hospitalares e aumento de temperatura secundário a agentes e procedimentos. Já em pacientes vindos da comunidade, além das causas infecciosas, deve-se pensar em causas neoplásicas, colagenoses e processos inflamatórios. Em boa parte dos casos de febre, os exames complementares não são de extrema importância, porém, nos casos em que são necessários, os exames devem ser dirigidos e condizentes com a suspeita diagnóstica. As situações em que mais se obtém benefício de exames complementares são as febres de origem indeterminada (FOI), apesar da alta prevalência de casos sem diagnóstico (40% dos casos, segundo a literatura). Febres de origem indeterminada (FOI) A FOI clássica é caracterizada por temperaturas axilares maiores que 38,3°C em várias ocasiões. Outra característica é a febre com duração de mais de três semanas e impossibilidade de estabelecer um diagnóstico após três consultas ambulatoriais ou três dias de internamento hospitalar. Já considerando a FOI nosocomial deve-se encontrar temperaturas acima de 38,3 °C em pacientes internados com ausência de infecção ou doença incubada à admissão. O pré-requisito mínimo é pelo menos três dias de internação com pelo menos dois dias de incubação de culturas. Por outro lado, a FOI neutropênica é febre também é superior à 38,3°C naqueles pacientes que possuem neutrófilos com valor absoluto menor que 500, ou nos quais exista expectativa de queda para tais valores em 1 a 2 dias. A FOI associada ao HIV é quando se encontra febre superior à 38,3°C em várias ocasiões em pacientes infectados pelo vírus HIV. As principais etiologias da FOI são: Infecções Neoplasias Doenças inflamatórias não-infeccioas Miscelânea. Tratando a febre: como abordar? O foco do tratamento deve ser tratar a causa da febre e não apenas a febre isoladamente. Alguns autores trazem o fato de que em algumas doenças o padrão da febre pode ser muito útil para o diagnóstico e, por isso, não deveria tratá-la de imediato. Ainda, pensando devido a sintomas possivelmente associados, como cefaleia, mialgia, artralgia e mal-estar durante a febre, medicações sintomáticas podem ser associadas à antipirética. Não é necessário manter medicação de forma a evitar a elevação da temperatura no paciente (medicação de horário), bastando deixar a medicação em uso de acordo com a temperatura. Os principais antipiréticos são: Dipirona: medicação bastante utilizada em nosso meio, apesar de ser preterida e até mesmo não disponível em outros países. Possui uma potente ação antitérmica e analgésica, porém não possui ação anti-inflamatória. IM/IV: 2 a 5mL; dose máxima diária: 10mL. VO: 500mg a 1g/dose até 4x/dia. Paracetamol: droga mais utilizada no mundo para combate à febre. Tem ação antitérmica, antiinflamatória e analgésica. Apresenta risco de hepatotoxicidade (em geral se paciente fizer uso de >4g/dia). VO: 500mg a 1g/dose até 4x/dia. Ácido Acetilsalicílico (AAS): mais antigo dos antitérmicos. Possui ação antitérmica, antiinflamatória e analgésica. Atualmente, tem sido pouco utilizado no combate à febre. Contra-indicado em casos de dengue e história de hipersensibilidade; cautela com pacientes com história de sangramento por úlcera péptica, outros sangramentos e trombocitopenia. VO: 300 a 900mg/dose de 4/4hrs ou 6/6hrs. Mapa mental de Febre Posts relacionados: continue aprendendo! Perguntas frequentes O que é a febre?A febre é a elevação da temperatura corporal acima da faixa de normalidade associada a um aumento no ponto de ajuste hipotalâmico. Quais são as temperaturas basais axilar, oral e retal?Axilar: 36,7º;Oral: 37,8ºC;Retal: 38ºC. Quais são as possíveis causas da febre?Trauma, infecção ou inflamação. Referências Kasper DL, Fauci AS, Longo DL, Baunwald E, et al.: Harrison´s Principles of Internal Medicine, McGraw-Hill, 16ª edição: Dinarello CA, Gelfand JA, Fever and Hyperthermia: Capítulo 16. KUMAR, V.; ABBAS, A.; FAUSTO, N. Robbins e Cotran – Patologia – Bases Patológicas das Doenças. 8. ed. Rio de Janeiro: Elsevier, 2010. Lambertucci JR, de Ávila RE, Voieta I. Febre de origem indeterminada em adultos. Revista da Sociedade Brasileira de Medicina Tropical, 507-513, nov-dez 2005. GUYTON, Arthur C.; HALL, John E. Tratado de Fisiologia Médica. 11 ed. Rio de Janeiro: Elsevier, 2006. Figura 1. July 17, 2024 By Editor Do homeopathic medicines contain steroids or are steroids being used while preparing medicines? Many homeopaths have been asked such questions for long. A simple answer to this is NO. It is just a misbelief that homeopathic medicines contain steroids. These claims defame the homeopathic system of medicine. In this article, we will discuss this issue in […] June 7, 2024 By Editor Cough and cold is quite a common complaint everyone faces. Cold indicates an infection in the upper respiratory tract (it consist of nose, mouth, pharynx, larynx and the paranasal sinuses). Cough refers to an act of forcing air out of the lungs to get rid of mucus, fluids, germs (like bacteria, virus) and other matter […] June 5, 2024 By Editor Chest pain can occur from several reasons and one among these could be gas. Chest pain due to gas is quite common. Gas in the chest feels like tightness in the chest and other symptoms that might occur include burping, passing gas, reduction in appetite, indigestion, pain in the abdomen in various parts and nausea. Chest […] June 3, 2024 By Editor Pain in the forehead may be due to different reasons. To begin with, one of the main cause behind forehead pain is sinusitis, more specifically frontal sinusitis. Sinusitis refers to inflammation of the paranasal sinuses (air-filled spaces in the skull). Frontal sinusitis refers to inflammation of the frontal sinuses located behind the brow ridges one […] May 3, 2024 By Editor Gritty eyes refer to an irritated, scratchy feeling in the eyes as if there is a particle of sand in the eye while nothing is present in the eye. Depending on the cause, some other signs and symptoms may attend gritty eyes. These include dryness in the eyes, itchy eyes, and eye redness, burning in […] May 2, 2024 By Editor Exercise-induced headache or exertion headache refers to headache that occurs during or after some physical exertion like running, exercise, weightlifting, swimming. Doing exercise in hot weather increases the risk of such headache. Some other activities that may trigger such headache are rowing, playing sports like tennis, football, aerobics and also sexual intercourse. While exercising or carrying […] May 1, 2024 By Editor Bladder Outlet Obstruction (BOO) or Obstructive Uropathy refers to a urinary condition resulting from blockage of the neck at the bottom of the urinary bladder. Here the neck is the area where the urinary bladder joins the urethra. In this condition, urine flow is blocked either partially or completely varying on a case-to-case basis. Bladder Outlet […] April 27, 2024 By Editor The fear of failure is medically known as atychiphobia. It is something that everyone might have experienced in their lives. It may be mild to severe. But persons who have extreme fear of failure in doing every task so much so that it strongly impacts their routine life, then it is referred to as atychiphobia. […] April 26, 2024 By Editor Flat warts are flat or slightly raised, smooth, non-cancerous (benign) growths that appear on the skin. These are small in size compared to other types of warts. The size of these warts varies from 1 mm to 3 mm in diameter. One may confuse flat warts with acne or age spots. Flat warts are also […] April 23, 2024 By Editor Solar urticaria is a rare skin condition characterised by an itchy, red rash on the skin on exposure to sunlight. The rash develops a few minutes after exposure to the sun. Solar urticaria is also known by the name of sun allergy. Solar urticaria does not occur due to the heat of the sun but […] April 20, 2024 By Editor Diabetes can lead to many health issues and one important among them is fatigue. Fatigue means a feeling of exhaustion, tiredness, and lack of energy all the time. People having diabetes can have intense fatigue that hinders day-to-day life activities. Fatigue is different from tiredness as it is persistent and does not get better from […] April 18, 2024 By Editor Liver spots, also called sun spots, refer to small, flat spots of relatively dark color on the skin. These mainly form on the skin area exposed to sun like face, arms and hands. These may have dark brown, gray, black or tan color. These are harmless but one may seek their treatment for cosmetic reasons. […] April 16, 2024 By Editor Perianal burning refers to a discomforting burning sensation felt around the anus. Depending on the cause behind perianal burning, certain other signs and symptoms can be an accompanying factor. These include itching, pain, soreness, and tenderness around the anus. Bleeding can also occur from the anal area. There may be redness, a rash or eruptions […] April 13, 2024 By Editor Comedones or comedonal acne refer to small, dark, white or flesh-colored bumps on the skin resulting from blockage of the hair follicles by sebum (an oily substance secreted by the sebaceous glands) and the dead skin cells. Comedones are one of the different types of acne. The most common location of comedones is the forehead […] April 11, 2024 By Editor Diabetes predisposes a person to several skin complaints. One of the common complaints among these is foot ulcers. Diabetic foot ulcer refers to an open wound that may form on the feet in persons having diabetes. Diabetes damages the nerves in the feet (peripheral neuropathy) that results in decreased sensation of pain in the feet. […] Apesar de não ser uma doença, a febre é um sinal claro de que o organismo está sob ameaça, normalmente por conta de algum tipo de infecção. O aumento da temperatura, nesse caso, é uma reação natural das defesas do corpo. 1 Ela acontece quando o sistema imune percebe a presença de vírus e bactérias, que podem infeccionar tecidos diversos e aproveitar as nossas células para se propagar, ao mesmo tempo que prejudicam a manutenção das funções biológicas e o nosso bem-estar. 1 Para entender melhor o funcionamento da febre, criamos esse guia completo sobre o quadro, destacando os tipos, causas, sintomas, sinais de risco e, principalmente, como ajudar o corpo a baixar a temperatura para níveis normais. 1 Continue lendo! O que é febre? A febre é o aumento da temperatura corporal, quando o limiar térmico é ajustado para níveis acima do comum. Esse reajuste é feito pelo próprio organismo, controlado pelo sistema imunológico. O principal motivo é a presença de uma infecção, normalmente causada por vírus ou bactérias. 1 De modo geral, o sintoma pode ser percebido ao tocar a pele, que obviamente está mais quente que o comum. Para confirmar a suspeita, é necessário fazer a medição com o auxílio de um termômetro, que pode ser colocado nas axilas, cavidade oral ou no reto. 1 Existem também termômetros para aferir a temperatura pela membrana que reveste os tímpanos, ou seja, é colocado na entrada do ouvido. Esses modelos costumam utilizar um sensor infravermelho. 1 Para outros métodos, é possível optar por aparelhos eletrônicos ou de mercúrio, estes últimos são mais antigos, raramente se encontra termômetro desse tipo em farmácias e unidades de saúde. 1 Antes de apontar a partir de quantos graus é febre, vale destacar que a hora do dia também influencia a temperatura corporal. No início da manhã, o nível costuma ser mais baixo, enquanto a medição mais alta acontece no final da tarde. Em média, o valor medido varia 0,6 ºC. 1 É considerado febre com quantos graus? De modo geral, quando a temperatura está na faixa de 37,5 a 37,9 ºC, é identificada como febrícula ou estado febril. De 38 a 40 ºC, há a febre de fato.1 Acima de 40 ºC é considerado hipertermia. Essas situações, de hipertermia, resultam geralmente do abuso de substâncias ilícitas e ingestão excessiva de alguns fármacos, como anestésicos e antipsicóticos. 1 Embora seja comum a preocupação com a febre alta, próxima dos 40 ºC, ela não oferece risco generalizado de danos às células e órgãos vitais. Os danos podem surgir quando esse faixa é superada. 1 Acima de 41 °C, o calor pode afetar as proteínas do corpo e provocar disfunção celular, consequentemente prejudicando atividades orgânicas básicas, como o funcionamento do sistema nervoso. 1 A temperatura normal do corpo humano costuma variar de 36 a 37 ºC, mas esse valor pode mudar com base no perfil do paciente. Fatores como gênero, idade, hora do dia, local de medição e atividades exercidas antes do uso do termômetro podem alterar o resultado. 2 Vale destacar ainda que o ideal é fazer o monitoramento adequado se manifestar esse sintoma, realizando novas medições a cada quatro horas, se possível. 1 Tipos de febre Para a maioria das pessoas, o tipo de febre 3 é classificado pela faixa de temperatura medida no termômetro, com a seguinte classificação: febrícula ou estado febril: até 37,8 ºC; febre moderada, entre 38 e 38,5 ºC; febre alta, acima de 38,6 ºC. Ela também pode ser definida pela forma como o sintoma se manifesta. Nesse contexto, existem cinco padrões diferentes3: contínua: acontece quando a temperatura se mantém elevada por longos períodos, sem qualquer oscilação significativa para baixo dos 38 ºC. séptica: apresenta picos elevados e intervalados por quedas notáveis, que chegam a normalizar a temperatura corporal. Também é chamada de irregular; remitente: quando a febre é notada diariamente, com variações máximas de um grau, sem ficar abaixo do estado febril; intermitente: é a febre que vai e volta, que pode acontecer em ciclos a cada um ou dois dias; recorrente: acontece quando a febre acontece e é seguida de intervalos prolongados, de vários dias ou semanas. Por fim, também vale mencionar dois tipos de febre mencionadas popularmente: a interna e a emocional. Febre interna De modo geral, não há indícios que exista uma condição de febre interna. 1 Nesses casos, a pessoa pode sentir calafrios, dor de cabeça e suor frio, sem alteração efetiva na medição do termômetro. Porém, não se trata de febre, mas sim de um incômodo fora do comum, que pode ser ocasionado por: estresse; exposição ao frio; prática de atividades físicas mais intensas. Febre emocional A febre emocional acontece em casos de estresse prolongado, com impacto persistente e crônico no estado emocional do paciente. A dificuldade dessa condição acontece porque é praticamente impossível obter um diagnóstico por métodos convencionais, da mesma forma que o tratamento não responde aos remédios mais comuns, como anti-inflamatórios e antitérmicos. 4 Quais os sintomas da febre? Como mencionado, a febre é um sintoma e não uma doença, porém, o aumento incomum da temperatura impacta o bem-estar das pessoas, frequentemente provocando outros sintomas por consequência, como 1: calafrios; resfriamento das extremidades, principalmente mãos e pés; náusea; tontura; dor de cabeça; batimento cardíaco acelerado; mal-estar no corpo. Os sinais mencionados também podem ser relacionados com a causa da febre. De modo geral, infecções podem provocar processos inflamatórios pelo corpo todo, além de aumentar a chance de irritação no trato digestivo. 1 Por conta disso, a febre frequentemente vem acompanhada de um mal-estar generalizado, provocando cansaço e fraqueza. 1 O que causa a febre? As causas mais comuns da febre são as doenças infecciosas, que resultam em uma alteração aguda da temperatura do corpo, que deve persistir até quatro dias. Por outro lado, também pode ocorrer por conta de uma inflamação no organismo, chamada de febre reumática. 1 Destacando as principais causas infecciosas, podemos apontar: gripe; covid-19; pneumonia; meningite; tuberculose. Gripe A gripe é uma infecção viral do trato respiratório superior e inferior, afetando até mesmo os pulmões. Ela é causada pelo vírus da Influenza, que é um inimigo persistente da saúde dos seres humanos, mais frequente nos meses mais frios do ano, quando o clima também fica mais seco. 5 Essas condições enfraquecem as defesas naturais do corpo e favorecem a propagação dos patógenos, especialmente porque as pessoas passam mais tempo em ambientes fechados, como escritórios, lojas e no transporte público. 5 Os sintomas da gripe são 5: febre alta; dor de cabeça e no corpo; inflamação na garganta; fadiga excessiva; tosse; espirros; coriza; congestão nasal; perda de apetite. Uma doença muito confundida com a gripe é o resfriado. No entanto, não é possível incluir a febre no seu quadro sintomático, por se tratar de uma infecção mais leve, normalmente limitada às vias aéreas superiores. 5 A exceção fica para o resfriado infantil. Nesse caso, pode ocorrer febre em bebês e crianças, que apresentam um sistema imune ainda incapaz de combater vírus e bactérias de forma eficaz, além de terem dutos respiratórios mais estreitos e próximos entre si. 5 Covid-19 Responsável pela pandemia, a covid-19 é uma infecção respiratória que também é causada por um vírus, denominado Sars-Cov-2, popularmente chamado de novo coronavírus. A doença ainda oferece alto risco para os humanos, principalmente pela velocidade de mutação do patógeno. 6 Assim, novas variantes são descobertas com frequência. Os sintomas da covid-19 podem ser diferentes, de acordo com a cepa do vírus que infecciona cada pessoa. De modo geral, a febre é uma queixa comum na maioria dos casos. 6 Pneumonia A pneumonia pode ser bacteriana, viral ou fúngica, sendo o tipo causado por bactérias o mais comum. Trata-se de uma das complicações mais graves e preocupantes da gripe, principalmente quando o sistema imune não consegue combater a Influenza adequadamente. 7 Dessa forma, patógenos oportunistas podem aproveitar a fragilidade do organismo para chegar aos alvéolos pulmonares, afetando severamente a capacidade respiratória da pessoa doente. 7 Os sintomas de pneumonia costumam incluir 7: febre alta; tosse persistente; fortes dores no peito; falta de ar; dificuldade de respirar; fraqueza; baixos níveis de energia; cansaço; chiado no peito; náusea; vômito; catarro purulento, de cor verde ou amarelada; mal-estar generalizado. Meningite É uma infecção de membranas no cérebro, que protegem o encéfalo, a medula espinhal e outras regiões do sistema nervoso central. Ela é causada por vírus e bactérias. As crianças são as mais afetadas, principalmente até os cinco anos de idade, mas qualquer pessoa pode contrai-la. 8 A prevenção é feita pela vacinação contra a meningite bacteriana, que oferece maiores riscos para a saúde infantil. 8 Os sintomas de meningite incluem 8: febre; dor de cabeça; rigidez na nuca; falta de apetite; irritação e choro. Em casos mais graves, crianças também podem vomitar e apresentar manchas vermelhas pelo corpo. 8 Tuberculose A tuberculose é causada pela Mycobacterium tuberculosis, uma bactéria que se propaga pelo ar, similar aos vírus da gripe e da covid-19. Apesar disso, não provoca tantos casos. Mesmo assim, ainda é motivo de preocupação, pois pode ser fatal. 9 Nas primeiras semanas da doença, temos o período de infecção primária, quando ela provoca febre baixa, fadiga e tosse. A seguir, ela evolui para uma infecção latente, normalmente assintomática. Em ambos os casos, ela ainda não oferece risco de contágio. 9 Sem tratamento, o caso evolui para a doença ativa, passando a ser contagiosa. Assim, os sintomas podem incluir 9: suor noturno; falta de ar; dor no peito; presença de ar ou líquidos entre os pulmões e a parede torácica; tosse com catarro e sangue. O último estágio da doença acontece quando ela se espalha fora dos pulmões, atingindo principalmente os rins e linfonodos. 9 Quando a febre é preocupante? Se a febre não melhorar depois de alguns dias, não responder à medicação apropriada ou se manter elevada de maneira ininterrupta, é recomendado procurar atendimento médico para preservar o bem-estar de quem sofre com o sintoma. 1 Além disso, é importante ficar atento aos seguintes sinais de alerta em adultos 1: alteração no estado mental, com confusão e tontura; dor de cabeça e rigidez na nuca; manchas vermelhas na pele; queda da pressão arterial; frequência cardíaca ou respiração acelerada; falta de ar; temperatura do corpo acima de 40 ºC ou abaixo de 35 ºC; suspeita de malária; uso recente de imunossupressores. Os sinais de alerta da febre em bebês e crianças são 1: se o pequeno tiver menos de três meses de idade; apatia excessiva ou letargia; aparência doentia; dificuldade respiratória; sangramentos na pele; choro contínuo e inconsolável; combinação de dor de cabeça, rigidez no pescoço ou confusão mental em crianças mais velhas. Em qualquer um dos casos citados, a recomendação é levar o adulto ou a criança para o pronto-socorro, pois o risco é elevado. Não deixe de comunicar ao médico o que foi notado do início dos sintomas até a chegada na unidade de saúde. 1 Febre em bebês e crianças Conforme apontado, a febre em bebês nos três primeiros meses de vida deve ser avaliada pelo médico com urgência, para evitar riscos desnecessários com a saúde dos pequenos. 10 Fora desses casos, a intensidade e a temperatura da febre não são capazes de indicar necessariamente a sua gravidade. Mesmo quando causada por infecções leves, o organismo de bebês e crianças pode não dar conta de manter o limiar térmico controlado, resultando em medições elevadas.10 O contrário também acontece, com doenças graves causando apenas uma febre moderada ou febrícula. A preocupação é justificada nos sinais de alerta citados no último tópico, como dificuldade para respirar e confusão mental, por exemplo.10 Vale apontar que, caso o quadro de febre provoque perda do apetite, redução no peso ou dificuldade de ingerir líquidos, também recomenda-se procurar o pediatra o quanto antes.10 Por um lado, a febre infantil é útil para o organismo, já que ela participa do combate a infecções virais e bacterianas por todo o corpo. Apesar de desconfortável, ela pode não exigir ação imediata para baixar a temperatura.10 No entanto, em crianças que apresentam condições de saúde mais fragilizadas, por conta de distúrbios pulmonares, cardíacos ou cerebrais, a febre pode causar estresse e carga excessiva para o corpo, sendo importante procurar um tratamento adequado para reduzir a temperatura.10 Como medir a temperatura das crianças? A medição da temperatura das crianças pode ser feita no reto, ouvido, boca, testa ou axilas. O uso do termômetro no reto oferece uma leitura mais precisa e próxima da percebida nos órgãos internos. 10 A medição via oral, colocando o aparelho embaixo da língua, também fornece leituras bastante confiáveis. Porém, bebês e crianças pequenas podem ficar irritadas e mexer bastante, o que prejudica o exame.10 A alternativa para esses casos costuma ser as axilas, apesar de não ser um método preferido pelos médicos, por não ser tão preciso quanto os demais.10 Para todos esses casos, o ideal é medir usando um termômetro digital, que faz a leitura com rapidez. Não é recomendado usar os modelos de vidro com mercúrio, pelo risco de quebrar e expor o líquido interno.10 Febre em adultos O organismo de um adulto saudável é mais eficiente no controle da febre e combate a infecções que causam este sintoma, mesmo assim, é essencial se atentar para os sinais de alerta que apontamos, pois são indicativos de quadros mais severos e preocupantes. 11 O que é bom para baixar a febre? Em geral, o tratamento da febre costuma ser feito ao combater a causa do quadro. Em caso de infecções, o mais importante é auxiliar o corpo a lidar com o problema. Para isso, é recomendado repouso, hidratação e uma alimentação leve, acompanhado de remédios antitérmicos e anti-inflamatórios. 1 Remédio para febre Os medicamentos antitérmicos ajudam o corpo a regular o termostato do organismo com mais facilidade, estimulando a redução da temperatura. Eles também podem ter efeito anti-inflamatório e analgésico, para prevenir a dilatação dos vasos sanguíneos e aliviar a dor, respectivamente. 1 O uso do paracetamol para a febre é bastante recomendado, que é capaz de combater o aumento da temperatura corporal e também trazer alívio para dores no corpo, uma queixa comum dos quadros que citamos ao longo do post. 1 O cuidado ao tomar qualquer remédio da febre é relevante, mesmo se tratando de medicamentos adquiridos sem receita. A recomendação é sempre consultar o médico, ler a bula e considerar contraindicações e interações medicamentosas. 1 Como baixar a febre com métodos caseiros? É válido apontar que os remédios para febre são a melhor forma de lidar com o sintoma, mas também é possível adotar cuidados em casa para promover o conforto e ajudar o corpo a se recuperar, potencialmente auxiliando o controle da temperatura. 1 Dessa forma, além dos antitérmicos, analgésicos e anti-inflamatórios, as medidas caseiras para baixar a febre começam com a indicação de usar roupas leves e mais folgadas, que ventilam mais e não limitam a respiração de qualquer forma. 1 Em relação ao ambiente, é recomendado mantê-lo limpo e arejado, para renovar o ar, diminuir os agentes irritantes dispersos e deixar a pessoa mais confortável, preferencialmente em repouso enquanto o sintoma estiver presente. 2 Pode ajudar a controlar a febre tomar banhos mornos, facilitando a dissipação de calor pela água, ao mesmo tempo que evita um choque térmico. De modo similar, é possível colocar panos umedecidos na testa e nas axilas do paciente, com o mesmo intuito de estimular a redução na temperatura. 2 A febre também pode acelerar a perda de líquidos, causando risco de desidratação. Portanto, recomenda-se aumentar a ingestão de fluidos, principalmente água, sucos e bebidas leves. Também é indicado evitar o consumo de refrigerantes, álcool, café e similares. 2 Quanto à alimentação, prefira opções mais leves, como legumes, verduras e carnes de fácil digestão, para não forçar o sistema digestivo e gastar muita energia. 2 Com isso, fechamos este guia completo sobre a febre. Nele você pode conferir informações sobre sintomas, tipos, causas e tratamentos que ajudam a baixar a temperatura. Para mais dicas e conteúdos como esse, continue ligado no blog Portal da Saúde. Até a próxima! Ian C. Langtree - Writer/Editor for Disabled World (DW)Published: 2016/01/05 - Updated: 2025/05/16Publication Type: Charts, Graphs, TablesTopic: Medical Calculators and Charts - Publications ListPage Content: Synopsis - Introduction - Main - Insights, UpdatesSynopsis: This information provides a comprehensive overview of human body temperature ranges, detailing what constitutes normal, fever, and hypothermic readings for various age groups and measurement sites. It explains the physiological factors influencing temperature, such as time of day, activity level, and menstrual cycle, and offers clear guidance on how to accurately measure temperature using different methods, including oral, rectal, ear, armpit, and forehead readings.The article is particularly valuable for caregivers, seniors, and individuals with disabilities who may need to monitor temperature more closely due to health vulnerabilities, and it includes specific thresholds for fever in the context of COVID-19. Authoritative and well-referenced, the information draws on standards from reputable organizations like the World Health Organization and the American Academy of Pediatrics, making it a reliable resource for anyone needing to interpret temperature readings or recognize when medical attention is necessary - Disabled World (DW).Human Body TemperatureHuman body temperature is a measure of the body's ability to generate and get rid of heat, reflecting the balance between heat produced by metabolic processes and heat lost to the environment. In healthy adults, the average core body temperature typically ranges around 98.6°F (37°C), though normal can vary slightly between individuals and throughout the day. Temperature is commonly measured at oral, rectal, axillary (underarm), tympanic (ear), or forehead sites, with rectal readings often being the most accurate for core temperature. Fluctuations can occur due to age, activity level, time of day, hormonal cycles, and illness. Because temperature is a vital sign, consistent readings outside the normal range- whether elevated (fever) or decreased (hypothermia)- can signal underlying medical conditions that require attention.IntroductionDid you know normal human body temperature is also known as normothermia or euthermia? And your body temperature can be measured in many locations, including the mouth, ear, armpit, forehead, and rectum? However, it is worth noting that your body temperature reading will vary depending on where the measurement is taken. The armpit is about 0.5C lower than the human body's core temperature (temperature of the internal organs) - the time of day, your age, and activity level, and, in women, the stage of the menstrual cycle can also affect your temperature reading.FocusCore Body Temperature Ranges and Symptoms Normal Body Temperature Range Temperature (°C / °F)Description 36.5–37.6 °C (97.7–99.7 °F) Typical normal body temperature. Varies slightly by individual, time of day, and measurement method. Cold Body Temperature Range (Hypothermia) Temperature (°C / °F)Symptoms and Notes 36 °C (96.8 °F) Mild cold. May cause shivering, especially during sleep. Can still be normal. 35 °C (95 °F) Hypothermia threshold. Intense shivering, numbness, bluish/gray skin, heart risks. 34 °C (93.2 °F) Severe shivering, confusion, and loss of movement in fingers. Behavioral changes. 33 °C (91.4 °F) Confusion, sluggish reflexes, slow heartbeat, shallow breathing. 32 °C (89.6 °F) Medical emergency. Hallucinations, delirium, coma risk. 31 °C (87.8 °F) Comatose or nearly unconscious. Weak reflexes. Heart risk. 28 °C (82.4 °F) Heart rhythm may fail. Breathing may stop at any time. 24–26 °C (75.2–78.8 °F) Usually fatal due to cardiac/respiratory arrest. Rare survival at 13.7 °C (56.7 °F). Fever Body Temperature Range (Hyperthermia) Temperature (°C / °F)Symptoms and Notes 41 °C (105.8 °F) Medical emergency. Dizziness, fainting, confusion, rapid heartbeat, possible delirium. 42 °C (107.6 °F) Flushed skin, potential coma, convulsions, life-threatening. 43 °C (109.4 °F) Extreme danger. Risk of brain damage, shock, and collapse. 44 °C (111.2 °F) or more Almost always fatal. Rare survival reported up to 46.5 °C (115.7 °F). °C to °F and °F to °C Body Temperature Conversion Chart 35.0 °C = 95.0 °F 35.1 °C = 95.2 °F 35.2 °C = 95.4 °F 35.3 °C = 95.6 °F 35.4 °C = 95.8 °F 35.6 °C = 96.0 °F 35.7 °C = 96.2 °F 35.8 °C = 96.4 °F 35.9 °C = 96.6 °F 36.0 °C = 96.8 °F 36.1 °C = 97.0 °F 36.2 °C = 97.2 °F 36.3 °C = 97.4 °F 36.4 °C = 97.6 °F 36.5 °C = 97.7 °F 36.6 °C = 97.8 °F 36.7 °C = 98.0 °F 36.8 °C = 98.2 °F 36.9 °C = 98.4 °F 37.0 °C = 98.6 °F 37.1 °C = 98.8 °F 37.2 °C = 99.0 °F 37.3 °C = 99.2 °F 37.4 °C = 99.4 °F 37.6 °C = 99.6 °F 37.7 °C = 99.8 °F 37.8 °C = 100.0 °F 37.9 °C = 100.2 °F 38.0 °C = 100.4 °F 38.1 °C = 100.6 °F 38.2 °C = 100.8 °F 38.3 °C = 101.0 °F 38.4 °C = 101.2 °F 38.6 °C = 101.4 °F 38.7 °C = 101.6 °F 38.8 °C = 101.8 °F 38.9 °C = 102.0 °F 39.0 °C = 102.2 °F 39.1 °C = 102.4 °F 39.2 °C = 102.6 °F 39.3 °C = 102.8 °F 39.4 °C = 103.0 °F 39.6 °C = 103.2 °F 39.7 °C = 103.4 °F 39.8 °C = 103.6 °F 39.9 °C = 103.8 °F 40.0 °C = 104.0 °F 40.1 °C = 104.2 °F 40.2 °C = 104.4 °F 40.3 °C = 104.6 °F 40.4 °C = 104.8 °F 40.6 °C = 105.0 °F 40.7 °C = 105.2 °F 40.8 °C = 105.4 °F 40.9 °C = 105.6 °F 41.0 °C = 105.8 °F 41.1 °C = 106.0 °F 41.2 °C = 106.2 °F 41.3 °C = 106.4 °F 41.4 °C = 106.6 °F 41.6 °C = 106.8 °F COVID-19 Fever Statistics According to the World Health Organization (WHO): 38.1% of cases reported fatigue. 67.7% of cases that reported dry cough 87.9% of 55,924 laboratory-confirmed cases reported a fever. COVID-19 Fever Levels Children: 38 °C (100.4 °F) and above (rectal temperature) Adults: 38 °C (100.4 °F) and above (oral temperature) Older adults: 37.8 °C (100 °F) and above (oral temperature) Or 1.1 °C above the person's usual value. It's important to clarify that not all COVID-19 cases will get a fever, nor will everyone with a fever test positive for COVID-19, but it is a prevalent symptom. Quick Facts: Body temperature can change throughout the day. Body temperature may be abnormal due to fever (high temperature) or hypothermia (low temperature). A temperature over 38 °C (100.4 °F) most often means you have a fever caused by infection or illness. It is generally medically accepted that normal body temperature ranges between 36.5 °C (97.7 °F) to 37.5 °C (99.5 °F). Body Temperature Can Be Taken Either: Orally - By mouth - glass thermometer, or a digital thermometer. Rectally - Temperatures taken rectally tend to be 0.5 to 0.7 degrees F HIGHER than when taken by mouth. Forehead (Skin) - A special thermometer can quickly measure the skin's temperature on the forehead. Ear - A special thermometer can quickly measure the temperature of the eardrum, which reflects the body's core temperature. Axillary - Temperature taken under the arm (armpit) tends to be 0.3 to 0.4 degrees F LOWER than those taken by mouth. What is the Normal Body Temperature for a Baby? The American Academy of Pediatrics (AAP) states the normal body temperature for a healthy baby is between 97 and 100.3 degrees Fahrenheit (37.94 °C). If the rectal temperature is 100.4 degrees or higher, they are considered to have a fever. What is the Normal Body Temperature for Children? The average body temperature for children is about 37 °C (98.6 °F). A child's temperature usually averages from around 36.3 °C (97.4 °F) in the morning to 37.6 °C (99.6 °F) in the afternoon. What is the Normal Body Temperature for Adults? Temperature in the mouth (oral) is about 36.8 °C (98.2 °F) Temperature under the arm (axillary) is about 36.5 °C (97.7 °F) Temperature in the anus (rectum/rectal), vagina, or in-ear (otic) is about 37.5 °C (99.5 °F) At What Temperature Are You said to Have a Fever? According to the American Academy of Family Physicians, a fever is indicated when body temperature rises about one degree or more over the normal temperature of 37.0 degrees Celsius (98.6 degrees Fahrenheit). Adults: A fever is generally agreed to be present if: Temperature in the mouth (oral) is at or over 37.8 °C (100 °F) Temperature under the arm (axillary) is at or over 37.2 °C (99.0 °F) Temperature in the anus (rectum/rectal), in the ear (otic) or temporal artery temperature of 38 °C (100.4 °F) or higher Children: A child is considered to have a fever if their rectal temperature is 38 °C (100.4 °F) or higher - or a child's armpit temperature is 37.4 °C (99.3 °F) or higher. What is Basal Body Temperature? Basal body temperature is defined as the lowest temperature attained by the human body during rest (usually during sleep). Basal body temperature is generally measured immediately after awakening, although the temperature measured at that time is somewhat higher than the actual basal body temperature. In women, body temperature will differ at various points in the menstrual cycle, and this temperature change can be used to track ovulation to aid conception or avoid pregnancy. What is Core Body Temperature? Core temperature is the operating temperature of an organism, specifically in deep structures, such as the liver, compared to temperatures of peripheral tissues. Core temperature is normally maintained within a narrow range, so essential enzymatic reactions can occur. What is Hyperpyrexia? The word used for a fever with an extreme elevation of body temperature greater than or equal to 41.5 °C (106.7 °F). What is Hyperthermia? A high temperature that is not a fever. Causes include heatstroke, neuroleptic malignant syndrome, idiosyncratic drug reactions, malignant hyperthermia, stimulants like amphetamines or cocaine, and serotonin syndrome. What Body Temperature Denotes Hypothermia? Hypothermia is defined as a drop in body temperature below 95 degrees Fahrenheit (35 °C). Hypothermia can quickly become life-threatening and should be treated as a medical emergency. Hypothermia is the opposite of hyperthermia, which is present in heat exhaustion and heat stroke. Normal Human Body and Fever Temperature Chart Continued below image.Printable human body temperature chart explaining high, standard, and low readings.Continued... Continued below image.Printable Celsius to Fahrenheit temperature conversion chart.Continued...Editorial Note: Understanding the nuances of body temperature is more than just a matter of numbers-it's a crucial aspect of health management, especially for those at increased risk, such as the elderly or people with disabilities. This article demystifies the complexities of temperature readings and provides practical, actionable information that can help individuals and caregivers make informed decisions about when to seek medical advice. In a world where timely intervention can make all the difference, having access to clear, authoritative guidance is invaluable - Disabled World (DW). Author Credentials: Ian is an Australian-born writer, editor, and advocate who currently resides in Montreal, Canada. He is the founder and Editor-in-Chief of Disabled World, a leading resource for news and information on disability issues. With a global perspective shaped by years of travel and lived experience, Ian is a committed proponent of the Social Model of Disability-a transformative framework developed by disabled activists in the 1970s that emphasizes dismantling societal barriers rather than focusing solely on individual impairments. His work reflects a deep commitment to disability rights, accessibility, and social inclusion. To learn more about Ian's background, expertise, and accomplishments, visit his full biography.Citing and ReferencesFounded in 2004, Disabled World (DW) is a leading resource on disabilities, assistive technologies, and accessibility, supporting the disability community. Learn more on our About Us page.Cite This Page: Disabled World. (2016, January 5 - Last revised: 2025, May 16). Normal, Fever, and Low Human Body Temperature Ranges. Disabled World (DW). Retrieved May 25, 2025 from www.disabled-world.com/calculators-charts/degrees.phpPermalink: