



UNIDAD DIDÁCTICA MULTIMEDIA

Escuela

La fiebre

Objetivos:

- Aprender a reconocer la fiebre y sus síntomas
- Conocer cuáles pueden ser sus causas
- Descubrir para qué sirve
- Aprender a medir la fiebre con el termómetro

Contenidos:

- ¿Qué es la fiebre?
- ¿Por qué tenemos fiebre?
- ¿Es mala la fiebre?
- Tengo fiebre. ¿Qué hago?
- Cómo medir la fiebre. El termómetro

Actividades:

- Súper glóbulo blanco! (sólo en la web)
- Baja la fiebre

Procedimientos:

- Lectura del texto
- Reconocimiento y descripción
- Juego

Tina tiene fiebre y Javier un huevo de gallina en la mano. Están a punto de hacer un experimento. Quieren comprobar si el huevo puede freírse sobre la frente caliente de Tina. ¿Conseguirán freírlo? Por si las moscas, han cogido de la nevera un par de tiras de tocino para acompañarlo.

“Cloc, cloc”. Javier pica suavemente la cáscara en un plato. Empieza a separar la grieta que ha hecho con los dos dedos gordos. Uno, dos y...

¿Qué es la fiebre?

Nuestro cuerpo acostumbra a estar a una temperatura de entre 35,8°C y 37,2°C. A veces esta temperatura sube. **Cuando es más alta de 37,8°C decimos que tenemos fiebre.** Entre los 37,2º y los 37,8º hablaremos de febrícula.

La temperatura de nuestro cuerpo puede variar según la hora del día. Generalmente, es más alta por la noche. A nuestra edad puede ser que hagamos más fiebres que las personas mayores.

Toca la frente de tus compañeros y compañeras de clase. ¿Notas siempre el mismo calor en la mano? Nuestro cuerpo emite calor.

¿Por qué tenemos fiebre?

Podemos tener fiebre por muchos motivos. Por ejemplo:

- Porque estamos enfermos.
- Porque estamos en un sitio que hace mucha calor.
- Porque vamos demasiado abrigados.
- Porque el sol pica de valiente y no estamos suficientemente protegidos.
- Porque hace poco que nos han puesto una vacuna.
- Porque estamos muy cansados o hemos dormido poco.



¿Es mala la fiebre?

La fiebre juega a nuestro favor. Forma parte de nuestro equipo. Cuando tenemos fiebre, significa que nuestro cuerpo está luchando contra un intruso.

Cuando una parte del cerebro denominada hipotálamo detecta que por nuestro interior pasea un microbio de los que causan infecciones y hacen que nos pongamos enfermos, se pone en alerta. El hipotálamo ordena al cuerpo que aumente la temperatura.

Por lo tanto, podemos decir que **la fiebre es nuestra aliada para vencer una enfermedad.**

Tengo fiebre. ¿Qué hago?

La fiebre es un sistema de alarma y defensa de nuestro cuerpo. Por lo tanto, cuando tenemos fiebre no hay que eliminarla. Lo que debemos hacer es intentar que baje.



Si tenemos fiebre, pero:

- tenemos ganas de jugar,
- nos apetece comer y beber,
- estamos despiertos y contentos
- y nuestro color de piel es el de siempre (no estamos pálidos, ni verdes, ni amarillos, ni rojos como un pimiento vergonzoso),

tendremos que **quedarnos en casa, hacer reposo y beber agua o zumos**. Aprovecha para dormir un poco más, mirar la tele, escuchar la radio, leer, dibujar o distraerte con juegos tranquilos.

Si estamos incómodos o nos notamos débiles, a veces, nos puede favorecer ponernos una **toallita con agua tibia en la frente o en las muñecas o refrescarnos con una esponja empapada** con agua templada.

También nos tendremos que **sacar ropa si vamos muy abrigados**. El farmacéutico nos puede aconsejar para saber qué hacer.

En cambio, seguramente los padres deberán avisar al médico si:

- tenemos mucha fiebre, más de 40°C, y no baja;
- tenemos dolor de garganta, de oreja o tos;
- lloramos o nos quejamos por todo;
- estamos más embobados que de costumbre o nos notamos confundidos;
- no podemos caminar o mover los brazos;
- nos cuesta mucho respirar;
- tenemos la lengua, los labios o las uñas azules
- o tenemos convulsiones (nos movemos como si un ratón se moviera por nuestro interior)

Qué NO hemos de hacer cuando tenemos fiebre:

- Organizar una carrera de obstáculos por todo el barrio descalzos.
- Envolvernos con una pila de mantas o ponernos más jerséis de los necesarios.
- Bañarnos con agua fría.
- Utilizar alcohol para refrescarnos.
- Beber refrescos de cola.

A veces, **la fiebre puede hacer que temblemos o deliremos** un poco, es decir, que digamos o veamos cosas extrañas como si soñásemos despiertos.

Cómo medir la fiebre. El termómetro

La madre ha dicho al padre que Tina tiene fiebre. El padre se ha acercado a su hija, se ha agachado un poco, le ha cogido la cabeza con las dos manos y, sin que ella tuviese tiempo de reaccionar, le ha clavado los labios en la frente. “Sí”, ha confirmado el padre.

Se puede saber si alguien tiene fiebre tocándole la frente. Ahora bien, para estar del todo seguros, **lo mejor es utilizar un termómetro**.



Actualmente, los termómetros que se utilizan son digitales o electrónicos.

Tipos de termómetros:

Termómetro **convencional**/Chupete **térmico**/Termómetro **timpánico**

Con el termómetro tomamos la temperatura de nuestro cuerpo. Podemos ponérselo en distintos sitios:

- Bajo el brazo, en la axila.
- En la boca.
- En el recto, es decir, en el culo.
- En la oreja.

Siempre que nos pongamos el termómetro, tenemos que estarnos quietos y seguir las instrucciones de los padres, abuelos, maestros, enfermeros o canguros. No es demasiado pesado, ya que pronto se sabe si tenemos fiebre o no.

Tendremos fiebre cuando el termómetro marca los siguientes números o más altos:

- 38°C (si tomamos la temperatura en el recto)
- 37,5°C (si tomamos la temperatura en la boca)
- 37,2°C (si tomamos la temperatura en la axila)

Seguro que alguna vez has oído: “el niño tiene decimitas”. Es la forma que tiene la abuela de decir que tienes **febrícula**.

Juego **Baja la fiebre**

Marca con un  si te parece que la acción **SÍ** que es correcta en caso de tener fiebre y con

una  la que **NO** sea correcta. Después confirma tus respuestas con el texto que has leído.





Beber agua



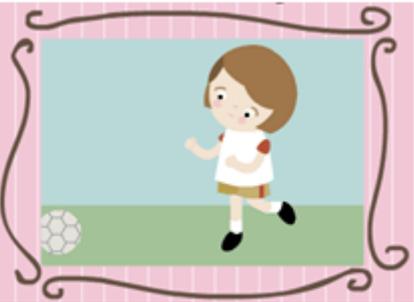
Ventilar la habitación



Abrigarse más de lo necesario



Comer sopa



Jugar a fútbol



Beber un refresco



Hacer un puzle



Descansar



Taparse con muchas mantas



Frotarse con una toallita con agua tibia



Ponerse un bañador bajo la nieve