Dr Cruz Nefro Ped
NEFROPEDIATRÍA FÁCIL | PARA FAMILIAS



Mi registro de fiebre

Anota cada medición y cómo se encuentra tu niña o niño. No es necesario medir continuamente.

Nombre: _____ Edad: _____ Peso: _____ kg Fecha: _____

Termómetro: _____ Método: axilar / oral / oído / otro: _____

Fecha/hora	Temp. °C	Vía	Síntomas / ánimo	Medicamento, dosis y hora

CURVA TÉRMICA (opcional): marca cada temperatura y une los puntos.



IMPORTANTE: el estado general del niño importa más que el número aislado de temperatura.

Escribe debajo las horas de medición: _____

Entender para cuidar mejor.

Dr Cruz Nefro Ped
NEFROPEDIATRÍA FÁCIL | PARA FAMILIAS



¿Cuándo buscar ayuda?

Orientación general: los signos de alarma tienen prioridad sobre cualquier registro.

ROJO | URGENCIAS INMEDIATAS

- Dificultad para respirar, labios azulados o no responde normalmente.
- Convulsión, rigidez de cuello o manchas que no palidecen al presionar.
- Menor de 3 meses con temperatura de 38 °C o más.
- Somnolencia intensa, deshidratación grave o aspecto muy enfermo.

ÁMBAR | VALORACIÓN MÉDICA PRONTA

- Entre 3 y 6 meses con temperatura de 39 °C o más.
- Bebe muy poco, orina menos, presenta boca seca o vómitos repetidos.
- Dolor al orinar, fiebre sin foco aparente o empeoramiento.
- Fiebre por 5 días o más (consultar antes si hay preocupación).

VERDE | OBSERVACIÓN EN CASA

- Responde e interactúa normalmente, respira sin esfuerzo.
- Tolera líquidos y continúa orinando de forma habitual.
- No tiene signos rojos ni ámbar y su evolución es favorable.

Atención especial:
En ERC, trasplante o inmunosupresión, solicita valoración temprana según su plan médico.

Entender para cuidar mejor.

Dr Cruz
Nefro+Ped
Nefropediatría Fácil

Entender para cuidar mejor

Fiebre en casa

Cuidados y recomendaciones

Guía práctica para padres y cuidadores



1 ¿Qué es la fiebre?

Es una respuesta natural del cuerpo para defenderse de una infección. En general se considera fiebre una temperatura de **38 °C o más.**



2 ¿Cómo medir la temperatura correctamente?

- Usa un termómetro confiable.
- Sigue las indicaciones del fabricante.
- Registra la vía de medición (axilar, oral, timpánica o rectal).
- Anota la hora y el resultado.



3 ¿Cuándo dar medicamentos para la fiebre?

Pueden usarse cuando el niño está incómodo, con dolor o no descansa bien. El objetivo es que se sienta mejor, no solo bajar la temperatura.



4 Otros cuidados en casa



Ofrece líquidos con frecuencia.



Ropa ligera y ambiente fresco y cómodo.



Alimentación ligera según tolerancia.



Favorece el descanso.



Puedes usar paños de agua tibia si le dan alivio.



Evita baños de agua fría o alcohol, no son recomendables.

5 Uso seguro de medicamentos

- Usa solo la dosis indicada por su pediatra o la prescrita para tu hija o hijo.
- Anota la hora y la cantidad administrada.
- No alterres ni combines medicamentos sin indicación médica.
- Si no conoces el peso actual, evita calcular la dosis por tu cuenta.
- Si tiene enfermedad renal, vómitos o deshidratación, consulta antes de usar ibuprofeno u otros antiinflamatorios.

6 Niños con enfermedad renal



- Consulta antes de usar ibuprofeno o cualquier antiinflamatorio.
- Mantén una buena hidratación (según las indicaciones de su médico).
- Vigila la cantidad de orina.
- Si tiene restricciones de liquidos, sigue siempre las pautas de su nefrólogo.
- Ante fiebre persistente o signos de alarma, consulta de forma temprana.

7 Recuerda



- La fiebre es un síntoma, no una enfermedad.
- Lo más importante es el estado general del niño, no solo la cifra de temperatura.
- Registra la evolución en la hoja de seguimiento.
- Ante cualquier duda, consulta a tu pediatra o nefrólogo.
- Confía en tu observación: tú conoces mejor a tu hijo.

Entender para cuidar mejor

Dr Cruz Nefro+Ped
Nefropediatría Fácil
Entender para cuidar mejor

Fiebre en casa

Registro de líquidos y orina

Una herramienta para vigilar la hidratación de tu hijo





Durante la fiebre, es muy importante que tu hijo se mantenga bien hidratado.
Esta hoja te ayuda a registrar los líquidos que toma, sus orinas y otras pérdidas (vómito o diarrea).

Nombre: _____ Edad: _____ Peso: _____ kg

Fecha: _____ Diagnóstico / Motivo: _____

Lleva esta hoja a tu consulta o urgencias.

Líquidos ofrecidos y tomados

Agua, fórmula, suero oral, leche, caldos, etc.

Hora	Tipo de líquido	Cantidad ofrecida (mL)	Cantidad tomada (mL)
:			
:			
:			
:			
:			
:			
:			

Total del día (tomado) _____ mL

Orina

Anota cada vez que orine.

Hora	Cantidad (aprox.)	Color de la orina (Claro / Amarillo claro / Amarillo oscuro / Ámbar)
:		
:		
:		
:		
:		
:		
:		

Total del día (número de orinas) _____

Vómito o diarrea

Registra la cantidad y características.

Hora	Tipo (vómito/diarrea)	Cantidad (aprox.)	Características (sólido, líquido, color)
:			
:			
:			
:			
:			
:			
:			
:			
:			
:			

Medicamentos administrados

Hora	Medicamento	Dosis
:		
:		
:		
:		
:		
:		
:		
:		
:		
:		



Otros síntomas o observaciones

Ejemplos: fiebre, dolor, tos, apetito, sueño, actividad, dolor al orinar, sarpullido, etc.

_____
_____
_____
_____

¿Cuánta agua necesita?

- Ofrece líquidos de forma frecuente y en pequeñas cantidades.
- Varía según la edad, peso, enfermedad y tolerancia de tu hijo.
- Si tu hijo tiene enfermedad renal u otra condición especial, sigue las indicaciones de su nefrólogo o pediatra.



Signos de buena hidratación

- Orina varias veces al día.
- Orina de color amarillo claro.
- Boca y lengua húmedas.
- Llantas con lágrimas.
- Piel con buena elasticidad.
- Se muestra más activo y con mejor ánimo.



Signos de deshidratación

- Pocas o ninguna orina.
- Orina muy oscura.
- Boca y lengua secas.
- No quiere tomar líquidos.
- Ojos hundidos.
- Llantas sin lágrimas.
- Irritabilidad o mucho sueño.
- Si notas estos signos, consulta de forma temprana.



Recuerda:

- La fiebre puede hacer que tu hijo pierda más líquidos.
- Ofrece líquidos aunque no tenga mucho apetito.
- Evita bebidas azucaradas en exceso.
- Lleva esta hoja a tu próxima consulta.

Entender para cuidar mejor