

Domingo, 05 de Abril de 2026

## Só acima de 38°C? Definição de febre é atualizada e médicos indicam sinais de alerta

**Aumento do calor corporal é apenas um dos sintomas a serem observados diante de adoecimento**

O surgimento da **febre** é, no geral, lido como **sinal de alerta** de que algo está errado com a saúde, seja em criança, seja em adulto. Antes, o quadro era considerado se o termômetro marcasse 37,8°C – mas, neste ano, o valor foi **atualizado** pela Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP).

Embora o documento seja da SBP, a nova definição é para pessoas de todas as idades. Um documento científico publicado pela entidade em junho **reduziu a temperatura** que demarca o aumento “anormal” do calor: agora, um quadro é considerado de febre se a temperatura corporal medida com termômetro pela axila chegar a 37,5°C.

De acordo com a pediatra Izabella Tamira, professora da Faculdade de Medicina da Universidade Federal do Ceará (UFC) em Sobral, o objetivo da mudança de parâmetro é “trazer definições mais claras sobre a febre e como medi-la”, além de “orientar melhor os pais sobre o manejo”.

“Existe uma **febrefobia**, os pais têm medo grande. É importante ter uma conscientização do que é a febre, por que ela é necessária, como deve ser manejada, quando se preocupar, para evitar tratamentos desnecessários e excessivos que tragam efeitos colaterais”, pontua.

Os parâmetros de temperatura são válidos para pacientes de todas as idades, mas mudam conforme a via de medição: **axilar, oral ou retal**. Uma pessoa está com febre quando atinge as seguintes temperaturas:

- Axilar: 37,5°C;
- Oral: 38°C;
- Retal: 38°C.

A via de aferição mais comum, reforça a pediatra, é a axilar, principalmente entre crianças. É uma via segura, mas exige cuidados. “Tem que ver se o **termômetro é de confiança**, se tem o selo de aprovação do Inmetro, e utilizar direitinho. O ideal é que a pessoa esteja em local com temperatura ambiente, sem excesso de roupa ou cobertor”, recomenda.

Outra confusão comum entre a população é saber quando a febre é considerada baixa ou alta. A médica e professora da UFC explica: “febre baixa é entre 37,5°C e 38°C, moderada é de 38,1°C até 39°C, e acima disso é febre alta”, lista.

Izabella reforça: abaixo de 37,5°C não é febre “nem baixa”.

### Sinais de alerta da febre



Legenda: Medicação antitérmica exige cuidados e tempo certo de ser administrada

Foto: Chotthanin T./Shutterstock

Apesar da importância de saber identificar um quadro de febre, a médica alerta que não é possível definir a **gravidade de uma doença** só por esse sintoma. “Muitas vezes tem uma infecção viral com febres muito elevadas, e em algumas situações de infecções bacterianas, que podem evoluir mais graves, começar com febre moderada e evoluir”, explica.

A exceção é para **bebês menores de três meses**, quando uma febre mais alta “já está associada com um padrão de gravidade”, devido à imaturidade do sistema imunológico.

Em crianças e nas demais faixas etárias, porém, alguns sinais de alerta associados ao aumento da temperatura corporal indicam que é momento de “procurar atendimento médico com maior prontidão”, como lista Izabella:

- Dificuldade pra respirar, caso de pacientes que ficam “puxando” embaixo da costela ou no meio do pescoço ao respirar;
- Sonolência;
- **Rigidez de nuca**, com dificuldade de encostar o queixo no peito;
- Vômitos persistentes, com dificuldade de ingerir e manter alimentos;
- Sinais de desidratação, como boca seca ou muito tempo sem urinar;
- Convulsão;
- Manchas pelo corpo.

30%

das consultas pediátricas ambulatoriais ou de emergência têm a febre como principal sintoma, segundo estimativa da Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP).

## Quando tomar remédio para febre

Atitude comum ao detectar febre, sobretudo em crianças, a **medicação com antitérmicos** – ou antipiréticos – exige muita cautela, como pontua a médica pediatra: não deve ser guiada pelo número que o termômetro mostra, mas pelos sintomas que o paciente apresenta.

“Às vezes as pessoas veem uma **temperatura** que nem febre é ainda e já querem fazer remédio pra não deixar subir. Não é assim”, orienta. A medicação deve ocorrer quando o aumento da temperatura “está causando desconforto”.

“Se a criança está com 38°C de febre, mas está correndo, brincando, ativa, não precisa. Mas se está mais ‘molinha’, reclamando de dor no corpo, precisamos medicar”.

A SBP acrescenta outros comportamentos a serem observados, como:

- Choro intenso;
- Irritabilidade;
- Redução do apetite;
- Distúrbio do sono.

O documento com diretrizes científicas da SPB adiciona ainda que “o uso de **antipiréticos** deve ser criterioso”, e que “a prática de alternar medicamentos, embora difundida, é um equívoco sem respaldo científico robusto e pode aumentar o risco de intoxicações”.

A pediatra e professora da UFC recomenda que “uma das coisas mais importantes de se fazer em uma criança com febre é hidratá-la”. “Porque uma criança desidratada não vai ter água suficiente no corpo pra baixar a febre, por mais que dê remédio. Muitas vezes apenas hidratando já se consegue um controle maior”, pontua.

Escrito por

[Theyse Viana](#)

diarionordeste.com.br