Publicado en *Familia y Salud* (https://www.familiaysalud.es)

“La fiebre hace crecer…el crecer produce fiebre”

MITO O REALIDAD:

- *“ La fiebre hace crecer…o el crecer produce fiebre ”*

Desde siempre se ha escuchado…

Que cada vez que un niño tiene fiebre, pega un estirón.

¿Es esto verdad?

Esto es verdad…con matices:
Ese crecimiento está relacionado con dos hechos. El primero, la fiebre estimula la hormona del crecimiento como parte de los mecanismos defensivos. Lo segundo tiene que ver con el número de horas de sueño. Los niños duermen más cuando están malitos. Y el sueño también hace que se libere esta hormona. Ambas cosas juntas explican el dicho de las abuelas.
Pero no se puede asociar la fiebre con el crecer. El crecimiento nunca produce fiebre porque se trata de una actividad continua a lo largo de los primeros 18 años de vida. La fiebre tiene otras causas. Es un mecanismo de defensa frente a otro tipo de problemas, como las infecciones. Y no tiene que ver con que el niño vaya a crecer más o menos. Crecer dependerá de la genética, la alimentación, el entorno…

Fecha de publicación: 26-04-2021

Autor/es:

- Inmaculada García Arroyo. Puericultora. Centro de Salud 'La Bañeza II'. La Bañeza (León)
- Grupo de Educación para la Salud. AEPap.