



UNITAT DIDÀCTICA MULTIMÈDIA

Escola

La febre

Objectius:

- Aprendre a reconèixer la febre i els seus símptomes
- Conèixer quines en poden ser les causes
- Descobrir per a què serveix
- Aprendre a mesurar la febre amb el termòmetre

Continguts:

- Què és la febre?
- Per què tenim febre?
- És dolenta la febre?
- Tinc febre. Què faig?
- Com mesurar la febre. El termòmetre

Activitats:

- Súper glòbul blanc! (només en el web)
- Baixa la febre

Procediments:

- Lectura del text
- Reconeixement i descripció
- Joc

La Tina té febre i en Xavi un ou de gallina a la mà. Són a punt de fer un experiment. Volen comprovar si l'ou pot fregir-se sobre el front calent de la Tina. Aconseguiran fer-lo ferrat? Per si les mosques, han agafat de la nevera un parell de tires de cansalada per acompanyar-lo.

“Cloc, cloc”. En Xavi pica suaument la closca en un plat. Comença a separar l'esquerda que ha fet amb els dos dits grossos. Un, dos i...

Què és la febre?

El nostre cos acostuma a estar a una temperatura d'entre 35,8°C i 37,2°C. De vegades, aquesta temperatura puja. **Quan és més alta de 37,8°C diem que tenim febre.** Entre els 37,2° i els 37,8° es parla de febrícula.

La temperatura del nostre cos pot variar segons l'hora del dia. Generalment, és més alta a la nit. A la nostra edat, pot ser que fem més febrades que les persones grans.

Toca el front dels teus companys i companyes de classe. Notes sempre la mateixa escalfor a la mà? El nostre cos emet calor.

Per què tenim febre?

Podem tenir febre per molts motius. Per exemple:

- Perquè estem malalts.
- Perquè som en un lloc on fa molta calor.
- Perquè anem massa abrigats.
- Perquè el sol pica de valent i no estem prou protegits.
- Perquè fa poc que ens han posat una vacuna.
- Perquè estem molt cansats o hem dormit poc.



És dolenta la febre?

La febre Juga a favor nostre. Forma part del nostre equip. Quan tenim febre, vol dir que el nostre cos està lluitant contra un intrús.

Quan una part del cervell que es diu hipotàlem detecta que per dins nostre passeja un microbi dels que causen infeccions i fan que ens posem malalts, es posa en alerta. L' hipotàlem ordena al cos que augmenti la temperatura.

Per tant, podem dir que **la febre és la nostra aliada per vèncer una malaltia.**

Tinc febre. Què faig?


La febre és un sistema d'alarma i defensa del nostre cos. Per tant, quan en tenim, no l'hem d'eliminar. El que hem de fer és intentar fer-la baixar.



Si tenim febre, però:

- tenim ganes de jugar,
- ens ve de gust menjar i beure,
- estem desperts i contents
- i el nostre color de pell és el de sempre (no estem pàl·lids, ni verds, ni grocs ni vermells com un pebrot vergonyós),

haurem de **quedar-nos a casa, fer repòs i beure aigua o sucs.** Aprofita per dormir una mica més, mirar la tele, escoltar la ràdio, dibuixar o distreure't amb jocs tranquils.



Si estem incòmodes o ens notem dèbils, de vegades, ens pot anar bé posar-nos una **tovalloleta amb aigua tèbia al front o als canells** o refrescar-nos amb una **esponja xopa amb aigua temperada**. També ens haurem de **treure roba** si anem molt abrigats. El farmacèutic ens pot aconsellar per saber què hem de fer.

En canvi, segurament els pares hauran d'avisar el metge si:

- tenim molta febre, més de 40°C, i no baixa;
- tenim mal de coll, d'orella o tos;
- plorem o rondinem per tot;
- estem més embovats que de costum o ens notem confusos;
- no podem caminar o moure els braços;
- ens costa molt respirar;
- tenim la llengua, els llavis o les ungles blaves
- o tenim convulsions (ens movem com si un ratolí es mogué per dins nostre)

Què NO hem de fer quan tenim febre:

- Organitzar una cursa d'obstacles per tot el barri descalços.
- Embolicar-nos amb una pila de mantes o posar-nos més jerseis dels necessaris.
- Banyar-nos en aigua freda.
- Fer servir alcohol per refrescar-nos.
- Beure refrescos de cola.

De vegades, **la febre pot fer que tremolem o delirem una mica**, és a dir, que diem o veiem coses estranyes com si somniéssim desperts.

Com mesurar la febre. El termòmetre

La mare ha dit al pare que la Tina tenia febre. El pare s'ha acostat a la seva filla, s'ha ajupit una mica, li ha agafat el cap amb les dues mans i, sense que ella tingués temps de reaccionar, li ha clavat els llavis al front. "Sí", ha confirmat el pare.

Es pot saber si algú té febre tocant-li el front. Ara bé, per estar-ne del tot segurs, **el millor és fer servir un termòmetre**.



Actualment, els termòmetres que es fan servir són digitals o electrònics.

Tipus de termòmetres:

Termòmetre **convencional** / Xumet **tèrmic** / Termòmetre **timpànic**

Amb el termòmetre prenem la temperatura del nostre cos. Podem posar-nos-el a diversos llocs:

- Sota el braç, a l'aixella.
- A la boca
- Al recte, és a dir, al cul.
- A l'orella.


Sempre que ens posem el termòmetre, **hem d'estar-nos quiets** i seguir les instruccions dels pares, avis, mestres, infermers o cangurs. No és massa pesat, ja que de seguida se sap si tenim febre o no.


Tindrem febre quan el termòmetre marca el següents números o més alts:

- 38°C (si prenem la temperatura al recte)
- 37,5°C (si prenem la temperatura a la boca)
- 37,2°C (si prenem la temperatura a l'aixella)

Segur que alguna vegada has sentit: "el nen té decimetes". És la forma que té l'avia de dir que tens **febrícula**.

Joc Baixa la febre

Marca amb un  si et sembla que l'acció **SÍ** que és correcte en cas de tenir febre i amb una

 la que **NO** sigui correcte. Després confirma les teves respostes amb el text que has llegit.



Abrigar-se més del necessari



Jugar a futbol



Beure un refresc



Ventilar l'habitació



Beure aigua



Fer un puzle



Menjar sopa



Tapar-se amb moltes mantes



Banyar-se en aigua freda



Posar-se en vestit de bany sota la neu



Descansar