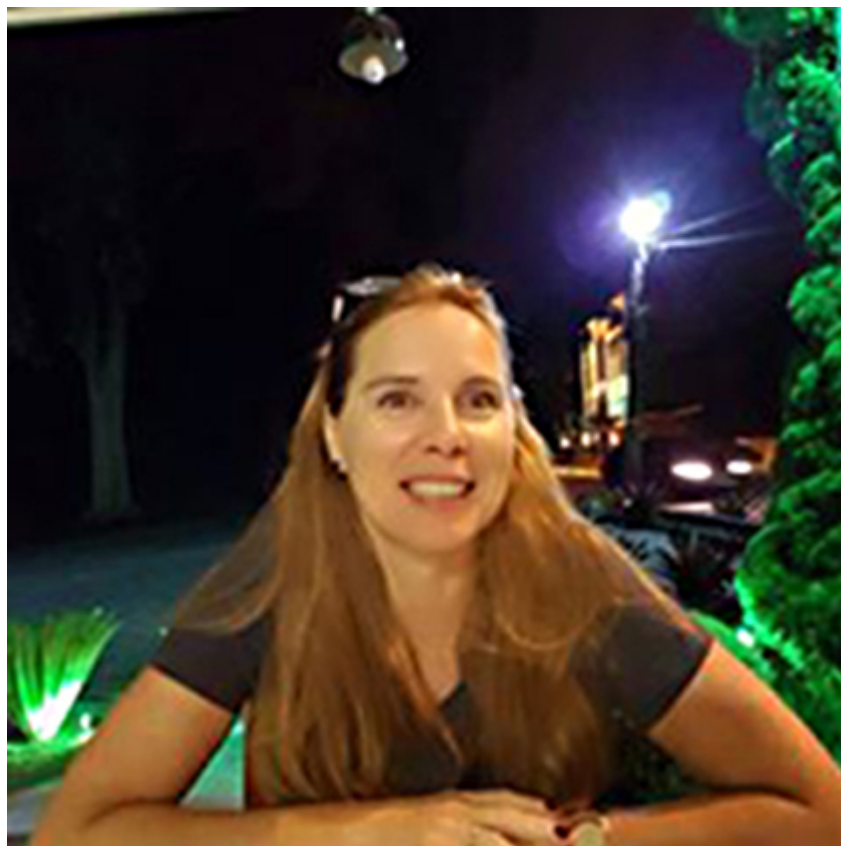


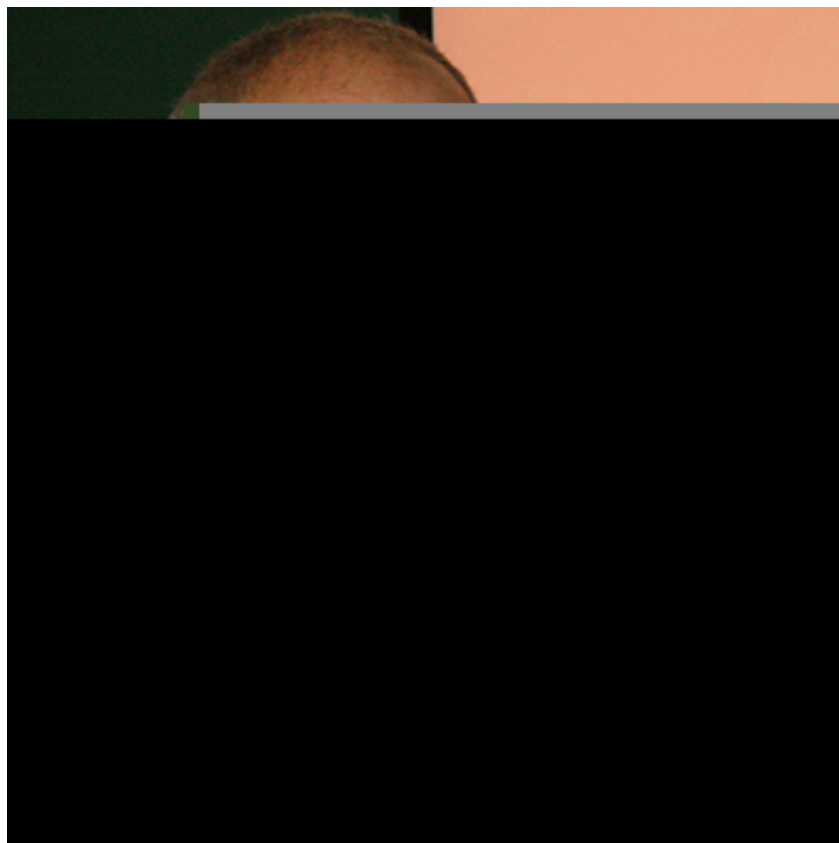
A temperatura corporal na pandemia: medir ou não medir?

 jornal.usp.br/artigos/a-temperatura-corporal-na-pandemia-medir-ou-nao-medir/

18 de novembro de 2020



Claudia Roberta de Castro Moreno – Foto: Arquivo pessoal



Luiz Menna-Barreto – Foto: FFCLRP/USP

A constatação de febre *não* é suficiente para o diagnóstico de infecção pelo Sars-Cov-2, vírus causador da covid-19, embora venha sendo coletada temperatura corporal em algumas situações e locais. Em que pese essa ressalva, argumentaremos que sim, a temperatura corporal deve ser medida, com especial atenção para o método e horário das coletas. Para tanto, o conhecimento da cronobiologia, campo da biologia que abrange a dimensão temporal das funções do organismo, deve ser aplicado tanto em relação à escolha do método utilizado quanto aos horários das coletas.

A febre é um dos sintomas da covid-19, mas não é o único. Entretanto, por estarmos em meio a uma pandemia, o acompanhamento da temperatura corporal é importante, uma vez que a febre pode ser um sinal da doença. Por essa razão, a medida da temperatura corporal deve ser realizada da forma mais adequada possível, o que não vem ocorrendo na maior parte dos casos.

A tomada de temperatura como vem sendo realizada pode gerar confusão e desinformação, pois se o aparelho registra uma temperatura considerada “normal” a pessoa sente que não está com a doença e todos ao redor sentem o mesmo. Para que a tomada de temperatura seja, de fato, uma medida de redução do contágio, é preciso que alguns fatores sejam levados em consideração.

Sobre o método

A abordagem mais confiável e disponível a baixo custo e no ambiente doméstico é o tradicional termômetro clínico digital e o local preferível de coleta é a boca, pelo tempo exigido pelo termômetro utilizado. Locais alternativos, como a pele da face ou das

extremidades, ou o ouvido, são sujeitos a variações que podem resultar em erros de medida. Por esses motivos, a temperatura corporal deve ser monitorada em casa quando as pessoas suspeitam que podem estar com febre.

Sobre o horário das coletas

Hoje sabemos bem que a temperatura de uma pessoa saudável varia entre 35 e 37 graus centígrados e que essa variação tende a se repetir diariamente, com temperaturas mais baixas à noite e mais altas durante o dia, isso numa população que costuma estar acordada de dia e dormindo à noite.

A informação mais rica é de uma série de coletas nas diferentes horas do dia ao longo de cerca de três dias seguidos, com horários e valores da temperatura devidamente anotados. Se a temperatura medida for pouco acima de 37⁰C de manhã cedo, é bem provável que a temperatura se eleve ao longo do dia tornando-se um quadro febril no final da tarde. Por outro lado, a temperatura ao redor de 37⁰C no final da tarde não caracteriza febre. Recomenda-se, portanto, que seja dada *atenção ao horário de coleta* para que o estado febril seja caracterizado. Em caso de febre, sugere-se procurar um serviço de saúde para avaliação.

Em resumo, a tomada de temperatura corporal contribui para a redução do contágio com o Sars-Cov-2 desde que seja realizada adequadamente, com o termômetro correto, o local do corpo adequado e com atenção ao horário de coleta. Importante ressaltar que a aglomeração humana é o fator que mais contribui para o aumento do número de casos de infecção. Portanto, recomenda-se que sejam evitados contatos desnecessários, mas se for impossível, é importante seguir as recomendações de uso de máscara, distanciamento físico e lavagem das mãos.