Dicas - Temperatura corporal e febre

**Temperatura corporal e febre**

O termo ''Temperatura corporal'' refere-se normalmente à temperatura interna do corpo. A temperatura deve ser mantida para assegurar o funcionamento estável das funções vitais, incluindo o cérebro, órgãos internos e as artérias principais. Sabemos que algumas partes do corpo são mais quentes e outras mais frias. Comer, tomar banho, fazer exercício físico, e até mesmo chorar, podem afetar a ''temperatura corporal''.

''Temperatura normal'' é geralmente em torno de 36 °C. No entanto, essa temperatura não é igual para todas as pessoas. A temperatura pode variar com a idade, e até mesmo com o clima do dia. Normalmente, a temperatura é mais baixa de manhã, mais elevada de tarde e um pouco mais baixa à noite.

Para saber corretamente quando alguém da família está com febre ou não, é importante saber qual é a ''temperatura normal'' da pessoa enquanto saudável.

A febre é um dos mecanismos de defesa do corpo. Quando uma bactéria ou vírus entra no nosso organismo e causa um mau funcionamento, nosso organismo defende-se, e o sistema imunitário é ativado. Quando isto acontece, o hipotálamo, centro regulador da temperatura corporal, desencadeia uma série de reações, que permite que o calor gerado dentro do corpo aumente, em relação ao nível habitual. Este nível de temperatura mais elevado aumenta o metabolismo, e previne o crescimento de agentes patogénicos.

COMPARAR OS TERMÔMETROS OMRON (link)

- - - - - - - - - - - - - - - - - - - - - - - - - - - - - - - - - - - - - - - - - - - - - - - - - - - - - - - - - -