

Tomar la temperatura

Taking a Temperature

Body heat is measured by taking a temperature with a thermometer. An increase in temperature, called a fever, may be a sign of infection.

The common scale used to measure body temperature in the United States is degrees Fahrenheit (°F). Other countries use degrees Centigrade (°C).

There are different ways to take a temperature. It is often measured using a digital thermometer orally, by placing it in the mouth, or axillary, meaning placing it under the arm in the armpit.

There are special thermometers that can take a tympanic (in the ear), temporal (on the forehead) or rectal temperature.

Take a baby's temperature under the arm unless directed otherwise by the doctor. Talk with your health care provider if you have questions or concerns.

Buy a digital thermometer at your local grocery or drug store. Ask for help to find them in the store.

El calor corporal se mide al tomar la temperatura con un termómetro. Un aumento de temperatura se llama fiebre y puede ser un síntoma de infección.

La escala normal usada para medir la temperatura corporal en los Estados Unidos es la de Fahrenheit (°F). En otros países se usan los grados "centígrados" o Celsius (°C).

Hay diferentes formas de tomar la temperatura. Suele medirse con un termómetro digital por vía oral, colocándolo en la boca; o axilar, colocándolo en la axila bajo el brazo.

Hay termómetros especiales que pueden tomar la temperatura timpánica (en el oído), temporal (en la frente) o rectal.

Tome la temperatura de un bebé en la axila, a menos que el médico le indique lo contrario. Hable con su proveedor de atención a la salud si tiene alguna pregunta o inquietud.

Compre un termómetro digital en el supermercado o farmacia de su localidad. Pida ayuda para ubicarlos dentro de la tienda.

Taking a Temperature Using a Digital Thermometer

Oral (Mouth)

Do not put anything hot or cold in the mouth for 15 minutes before taking a temperature. This can affect the reading.

1. Take the thermometer out of its holder.

Cómo tomar la temperatura usando un termómetro digital

Vía oral (boca)

No ponga cosas calientes o frías en la boca 15 minutos antes de tomar la temperatura porque podría afectar el resultado.

1. Saque el termómetro de su funda.

2. Clean the thermometer with soap and water or rubbing alcohol. You can also buy tip covers (called probe covers) that you throw away after use.
3. Turn the thermometer on. Check that the screen is clear of any earlier readings.
4. Place the tip of the thermometer under the tongue toward the back of the mouth.
5. Close the lips gently around the thermometer. Do not bite down. It may need to be held in place with a hand.
6. Keep the thermometer in place until it beeps.
7. Remove the thermometer.
8. Read the numbers in the window. These numbers are the temperature. Normal body temperature is 98.6 degrees F (37 degrees C) by mouth.

Call your doctor:

- If your temperature is greater than 101.5 degrees F by mouth.
- or
- Follow the directions of your doctor, if it is different.

Axillary (Under the Arm)

Wait 15 minutes after exercising or bathing before checking an axillary temperature. This can affect the reading.

1. Take the thermometer out of its holder.
2. Clean the thermometer with soap and water or rubbing alcohol. You can also buy tip covers (called probe covers) that you throw away after use.

2. Limpie el termómetro con agua y jabón o alcohol de fricción. También puede comprar protectores para las puntas (llamados protectores para sondas), los cuales puede desechar después de usarlos.
3. Encienda el termómetro. Verifique que la pantalla no indique ninguna lectura anterior.
4. Coloque la punta del termómetro bajo la lengua apuntando hacia el fondo de la boca.
5. Cierre los labios suavemente. No lo muerda. Puede que tenga que sujetarlo con la mano.
6. Mantenga el termómetro en su lugar hasta que suene.
7. Saque el termómetro.
8. Lea los números en la pantalla. Estos números corresponden a la temperatura. La temperatura normal del cuerpo es de 98.6 °F (37 °C) en la boca.

Llame a su médico:

- Si su temperatura es mayor que 101.5 °F vía oral.
- o
- Siga las indicaciones de su médico, si es diferente.

Axilar (bajo el brazo)

Espere 15 minutos después de hacer ejercicio o bañarse antes de comprobar la temperatura axilar, porque podría afectar el resultado.

1. Saque el termómetro de su funda.
2. Limpie el termómetro con agua y jabón o alcohol de fricción. También puede comprar protectores para las puntas (llamados protectores para sondas), los cuales puede desechar después de usarlos.

3. Turn the thermometer on. Check that the screen is clear of any earlier readings.
 4. Pat the armpit dry with a tissue or cloth. Do not rub when drying because rubbing may warm the skin.
 5. Put the tip under the arm and rest the arm down across the body.
 6. Keep the thermometer in place until it beeps.
 7. Remove the thermometer.
 8. Read the numbers in the window. These numbers are the temperature. Normal body temperature is 97.6 degrees F (36.4 degrees C) under the arm.
3. Encienda el termómetro. Verifique que la pantalla no indique ninguna lectura anterior.
 4. Seque la axila con una toallita o un paño dando palmaditas. No la frote al secarla porque esto puede calentar la piel.
 5. Ponga la punta del termómetro bajo el brazo y descanse el brazo sobre el cuerpo.
 6. Mantenga el termómetro en su lugar hasta que suene.
 7. Saque el termómetro.
 8. Lea los números en la pantalla. Estos números corresponden a la temperatura. La temperatura normal del cuerpo es de 97.6 °F (36.4 °C) bajo el brazo.

Call your doctor:

- **Babies less than 2 months old:** a temperature higher than 99.8 degrees F (37.7 degrees C) under the arm.
 - **Babies older than 2 months, children and adults:** a temperature higher than 100.5 degrees F (38 degrees C) under the arm.
- or
- Follow the directions of your doctor, if it is different.

Llame a su médico:

- **Bebés de menos de 2 meses:** una temperatura superior a 99.8 °F (37.7 °C) bajo el brazo.
 - **Bebés de más de 2 meses, niños y adultos:** una temperatura superior a 100.5 °F (38 °C) bajo el brazo.
- o
- siga las indicaciones de su médico, si es diferente.