

5 formas de baixar febre de forma natural e sem qualquer medicamento

Veja como baixar a febre e aliviar os sintomas



A febre é uma reação contra algum tipo de doença ou inflamação que o corpo está enfrentando.

É natural que ela apareça quando estamos gripados ou com alguma infecção, por exemplo, e os sintomas são: aumento da temperatura corporal, moleza, dores e cabeça e fraqueza.

Para evitar tomar muitos medicamentos que podem fazer mal para o nosso corpo, existem formas antigas e naturais de baixar febre e suavizar os sintomas de forma eficaz.

Como baixar febre de forma natural

Esses métodos eram utilizados pelos nossos ancestrais como forma de aliviar e até curar a febre.

São alternativas caseiras, mas não devem substituir as recomendações de um médico! Com a saúde, todo cuidado é pouco.

1- Pano frio na testa, virilha e axilas

Essa medida é muito eficaz, fazendo com que a febre se afaste de forma rápida.

Mergulhe um pano limpo em uma bacia com água gelada.

Depois, torça esse pano e gire no ar com força para que ele resfrie.

Depois aplique o pano nas partes do corpo em que o calor se concentra: na testa, axilas e virilhas. O alívio é rápido.

Atenção: não é recomendado a utilização de álcool, uma vez que o produto pode queimar a pele (adultos, crianças e bebês) assim como pode causar intoxicação por absorção da pele ou inalação direta.

2- Banho morno

Um banho também é receita certa para baixar febre.

Ao contrário do que se imagina, não é indicado tomar banho frio, pois o choque térmico será muito grande, já que o corpo está em temperatura elevada.

O ideal é que ele esteja morninho, e que você deixe bastante água correr pela testa, axila e virilha.

A febre é uma reação contra algum tipo de doença ou inflamação que o corpo está enfrentando

3- Ventilador

Se você ligar um ventilador na velocidade mínima e virado para a parede (nunca vire o vento na direção da pessoa que está com febre) você vai ver como irá baixar febre mais depressa.

Resfriando o ar do ambiente de forma gradual, você favorece o desaparecimento da febre.

4- Pouca roupa

Quando sentimos febre, normalmente temos muito frio.

Assim as pessoas costumam colocar pijamas quentes e se cobrirem com cobertores – e isso só aumenta a temperatura do corpo.

O ideal é utilizar pouca roupa e não se cobrir até que a febre amenize.

Isso irá ajudar a perder calor e resfriar a temperatura corporal.

5- Batatas raladas

Pegue algumas batatas, descasque-as e depois rale.

Após isso, pegue uma meia e coloque a batata ralada dentro.

Calce a pessoa febril com as meias.

A batata puxa o calor para si, abaixando a temperatura corporal.

Você pode também cortar uma batata lavada ao meio e colocá-la diretamente na testa da pessoa com febre; isso também irá baixar febre.

Relacionado: [Evite dar estes 10 medicamentos para as crianças](#)

Confira no link a seguir mais dicas sobre baixar a febre: