

La temperatura corporal normal ya no es 36,6 grados: ¿Cuál es el nuevo estándar?

22/01/2025



Durante más de un siglo y medio, la temperatura corporal “normal” en humanos fue un estándar prácticamente incuestionable: 36,6 grados centígrados. Sin embargo, un reciente estudio científico liderado por la Universidad de Stanford demostró que esta cifra, considerada durante décadas como referencia médica, podría estar desactualizada.

Los resultados del estudio revelan que la temperatura media del cuerpo humano disminuyó gradualmente y que **el nuevo estándar ronda los 36 grados centígrados.**



La temperatura corporal normal ya no es 36,6 grados (Foto: Freepik).

La cifra de 36,6 grados fue establecida en 1868 por el médico alemán *Carl Wunderlich*, quien realizó un extenso estudio en el que midió la temperatura de 25.000 personas con un millón de registros. Wunderlich concluyó que la temperatura “normal” del cuerpo humano era de **37 grados o ligeramente inferior**, y esta referencia fue aceptada ampliamente por la comunidad científica.

En años posteriores, revisiones como la publicada por el *Journal of Medical Association* ajustaron este umbral a 36,5 grados. Mientras tanto, la Academia Americana de Médicos de Familia determinó que cualquier temperatura superior a 37 grados indicaba fiebre.

El equipo liderado por *Julie Parsonnet* de la *Universidad de Stanford* analizó cientos de miles de registros de temperatura corporal obtenidos en los últimos 150 años. Los resultados del estudio muestran que la temperatura media del cuerpo humano descendió progresivamente. Actualmente, la temperatura “normal” se sitúa cerca de los 36 grados centígrados, lo que contradice los estándares aceptados previamente.



El descenso de la temperatura corporal media redefine lo que consideramos “normal” y subraya la importancia de actualizar los estándares médicos en función de las evidencias científicas más recientes. (Foto: Freepik).

Aunque las causas exactas de este cambio no están del todo claras, los investigadores plantean que **en el siglo XIX las personas tenían más infecciones y enfermedades que podrían haber elevado su temperatura corporal**. A medida que la salud pública y las condiciones de vida mejoraron, la temperatura media disminuyó, lo que marca un cambio notable en lo que se considera normal.

Este descubrimiento tiene importantes implicaciones para la práctica médica. Los estándares de diagnóstico que dependen de la temperatura corporal, como la detección de fiebre, podrían necesitar ajustes para reflejar esta nueva realidad.

Además, el estudio sugiere que **la temperatura corporal podría seguir evolucionando con el tiempo, en paralelo a las mejoras en la salud y las condiciones de vida globales**. Este cambio también podría influir en cómo se entienden y manejan las infecciones y otras afecciones médicas.

Fuente: TN