



**Nombre de alumnos: Angel de Jesus Reyes Ramirez**

**Nombre del profesor: Ruben Eduardo Dominguez**

**Nombre del trabajo: Ensayo**

**Materia: Fundamentos de Enfermería 1**

**Grado: 1er Cuatrimestre**

**Grupo: A**

## **INTRODUCCION**

La exploración física o examen clínico es el conjunto de maniobras que realiza un enfermero para obtener información sobre el estado de salud de una persona esta técnica tiene demasiados detalles y características que debemos de conocer para poder realizarla correctamente. En este ensayo veremos la exploración física y los signos vitales ya que en el entorno enfermero es un tema básico para poder realizar valoraciones. También hablaremos de las tomas de muestras biológicas, este tema es importante ya que trata de que cuidados debemos de tener en cuenta a la hora de que nos indiquen realizarla.

## **DESARROLLO**

Una exploración física es un proceso enfermero que se hace para poder confirmar datos de la historia de salud de un paciente. Se obtienen datos precisos y adicionales mediante la revisión de los sistemas corporales.

Con estos datos precisos podremos completar y confirmar que estos datos ayudaran a establecer diagnósticos enfermeros y así planear un buen cuidado hacia el paciente. En una exploración física debemos de tener en cuenta varios aspectos, el estado del paciente para así poder centrar o focalizar nuestra exploración física esto va a depender de ya sea una exploración de emergencia o una exploración física de rutina.

La exploración física básicamente son técnicas en donde nos ponemos en contacto hacia los paciente para poder recaudar información importante de su estado de salud. Por esto debemos realizar la exploración con todo el debido respeto y guardando su intimidad.

Las exploraciones físicas se deben de hacer en espacios cómodos que le den confort al paciente, ya sea en áreas hospitalarias, clínicas o centros de salud y hasta el propio cuarto o habitación del paciente siempre y cuando guardando la intimidad del paciente.

Para realizar una exploración física debemos de tener muy en cuenta el espacio donde vamos a ejecutar dicha exploración, esta debe de estar equipada, es necesario contar con buena luz, que en este espacio no exista ningún tipo de ruido y sobre todo que el paciente se sienta cómodo. en los hospitales se utilizan camillas especiales para la exploración, haciendo este trabajo un poco más fácil ya que nos ayuda a que el paciente sea un poco más fácil de mover y que le sea más fácil adoptar posturas para este procedimiento. Con estas camillas podremos esquivar varios accidentes que nos pueden resultar complicaciones como algún golpe o algún roce y que provoque una herida durante la exploración.

En este proceso debemos de tener muy en cuenta la higiene sobre todo en las manos. Al igual debemos de contar con el equipo que vayamos a utilizar para la exploración, estas deben de encontrarse cerca y listos para su funcionamiento.

Dependiendo de que parte o sistema vayamos a explorar, el paciente se deberá desnudar para contar con un mejor acceso a donde queramos hacer la exploración, por esto debemos de tener desamizado respeto hacia la persona. La habitación o el espacio donde realizaremos dicha exploración debe de contemplar una temperatura ambiente, de manera que no este ni frio ni mucho menos caliente, al no ser a si tendremos un resultado no acertado.

La exploración física esta dividida en 4 tipos: inspección, palpación, percusión y auscultación.

La inspección se realiza por medio de las vista, identificando cosas normales o anormales. Para esto debemos de contar con buena vista, un muy buen sentido del olfato. Básicamente debemos de observar los movimientos del paciente y el estado emocional y mental. Esta técnica es mas de observar y prestar atencio a todos los detalles del paciente, esto lo vamos desarrollando y dominando mediante la practica.

En la palpación ya usamos el tacto para recopilar datos como la temperatura, los tejidos, los musculos y huesos. En esta técnica debemos usar diferentes posiciones con las manos y dedos. La superficie de la palma de la manoy las yemas de los deods nos sirveb para valorar la posición, la tetura, el tamaño, la consistencias de las masas, los liquidos y la crepitación. La parte dorsal de la mano es utilizada para medir la temperatura corporal. La superficie palmar de la mano y los dedos es para cerciorarse de las vibraciones que emite el cuerpo.

Para utilizar estas técnicas debemos de calentar nuestras manos y tener las uñas cortas, de lo contrario se nos complicario realizarla. Estas técnicas deben de realizarse lento, suave, y dirigido con todo respeto hacia el paciente.

El paciente debe de estar comdo, no se debe de encontrar tenso ya que esto haría que los musculos se pongan duros y eto complicaría nuestro procedimiento. Para controlar esto debemos de indicarle al paceute que realice unos pares de respiraciones profundas hasta que veamos que ya esta mejor.

La palpación superficial esta se realiza para identificar zonas sensibles y haciendo presión con las manos a modo que no pase de 1cm de la piel.

La palpación profunda la usamos para poder checar el estado de los órganos , en esta debemos de colocar ya sea una mano o las dos y ejercer presión de modo que alcance los 4cm de profundidad.

Percusión, es un método que consiste en dar golpes suaves en partes del cuerpo con los dedos, las manos o con instrumentos médicos que son especiales para este método. Esto se hace para saber o determinar, el tamaño, la consistencia y los bordes de los órganos corporales.

La auscultación se utiliza para poder escuchar sonidos que el cuerpo emite. Los sonidos como el habla y la tos se puede estudiar sin ningún instrumentos medico, pero para saber acerca de algún órgano en especial, si debemos de utilizar instrumentos como el estetoscopio.

Los signos vitales reflejan funciones esenciales del cuerpo, incluso el ritmo cardíaco, la frecuencia respiratoria, la temperatura y la presión arterial. Su proveedor de atención médica puede observar, medir y vigilar sus signos vitales para evaluar su nivel de funcionamiento físico.

Los signos vitales son parámetros clínicos que reflejan el estado fisiológico del organismo humano, y esencialmente proporcionan los datos (cifras) que nos darán las pautas para evaluar el estado homeostático del paciente, indicando su estado de salud presente, así como los cambios o su evolución, ya sea positiva o negativamente.

La talla y el peso reflejan el estado de salud general de una persona. Las tablas estandarizadas ayudan a revelar el peso normal esperado de un adulto para una talla dada (tabla 30-6). Hay que valorar a cada paciente para identificar si tiene un peso saludable, sobrepeso o es obeso. El peso se mide de manera rutinaria durante los controles de salud, las visitas a las consultas o clínicas de los médicos y en el ingreso al hospital. Los lactantes y los niños son pesados y medidos en cada visita de atención sanitaria para valorar que el crecimiento y el desarrollo son saludables. Si los ancianos tienen un peso bajo, es posible que tengan dificultad con la alimentación y otras actividades funcionales.

La Temperatura refiere al grado de calor o de frío, expresados en término de una escala específica. La temperatura corporal representa un equilibrio entre el calor producido por el cuerpo y su pérdida. Cuando la producción de calor es equivalente a la pérdida de temperatura corporal, ésta última se mantiene constante en condiciones normales. El control de la

temperatura del cuerpo está regulada en el hipotálamo, que mantiene constante la temperatura central. La temperatura normal media de un paciente adulto está entre 36.7 y 37°C. Hipertermia: Incremento importante de la temperatura corporal (más de 39°C). Hipotermia: Temperatura corporal menor de la normal (menos de 36°C).

**Presión arterial** La presión arterial se define como la fuerza que ejerce la sangre contra las paredes arteriales. Depende de la fuerza de contracción ventricular, elasticidad de la pared arterial, resistencia vascular periférica, volumen y viscosidad sanguíneos. El corazón genera presión durante el ciclo cardíaco para distribuir la sangre a los órganos del cuerpo. Existen siete factores principales que afectan a la presión arterial: Gasto cardíaco, resistencia vascular periférica, elasticidad y distensibilidad de las arterias, volumen sanguíneo, viscosidad de la sangre, hormonas, enzimas y quimiorreceptores. **Hipertensión:** Presión arterial mayor a los límites normales. En el paciente adulto se puede considerar hipertensión cuando la presión sistólica es igual o mayor de 140 mmHg y la presión diastólica es igual o mayor de 90 mmHg. **Hipotensión:** Disminución de la presión arterial sanguínea. En el paciente adulto de peso promedio se considera una presión sistólica menor de 90 mmHg,

**Pulso** El pulso es la expansión transitoria de una arteria y constituye un índice de frecuencia y ritmos cardíacos. La frecuencia cardíaca es el número de latidos del corazón por minuto. Por cada latido, se contrae el ventrículo izquierdo y expulsa la sangre al interior de la aorta. Esta expulsión enérgica de la sangre origina una onda que se transmite a la periferia del cuerpo a través de las arterias. **Bradycardia:** Disminución de los latidos cardíacos con una frecuencia menor de 60 por minuto. **Taquicardia:** Frecuencia cardíaca superior a los 100 latidos por minuto.

La respiración comprende de dos fases. La primera es la fase de inspiración. La inspiración permite que el aire fluya hacia los pulmones. La segunda fase es la de expiración. Ésta consiste en la expulsión de gases de los pulmones. Durante la inspiración, los músculos intercostales y el diafragma se contraen, permitiendo que el aire penetre en los pulmones. Durante la expiración, los músculos utilizados para la inspiración se relajan haciendo que los gases sean expulsados de los pulmones.

La ventilación pulmonar es como el volumen de aire que se mueve entre el interior de los pulmones y el exterior por unidad de tiempo, siendo esta unidad normalmente el minuto. ...

Este volumen de unos 150 ml aproximadamente, se denomina espacio muerto ya que no puede ser usado para el intercambio gaseoso.

Apnea: Ausencia de respiración. Bradipnea: Respiraciones irregulares lentas con frecuencia menor de 10 por minuto. Taquipnea: Frecuencia respiratoria aumentada, mayor de 20 por minuto.

Respiración de Biot: Respiración con interrupciones abruptas que ocurren con una frecuencia respiratoria más rápida y profunda. Respiración de Cheyne-Stokes: Respiración irregular que se presenta con periodos de apnea, seguidos de respiraciones rápidas y profundas, continuando con respiraciones lentas y superficiales. Los periodos de apnea suelen durar hasta 10 segundos, iniciando nuevamente el ciclo. Respiración de Kussmaul: Respiración difícil que se presenta en forma paroxística, llamada "hambre de aire", comúnmente se presenta en pacientes en coma diabético

Una muestra biológica consiste en extraer fluidos o tejidos corporales ya sea sangre, sudor, jugo digestivo, líquido cefalorraquídeo, esputo, orina y heces para realizar un análisis en el laboratorio.

La práctica de la medicina, en la actualidad, se apoya fuertemente en la realización de exámenes de laboratorio que confirmen o no, las hipótesis clínicas, y muchas veces, el curso del tratamiento y la evolución del paciente dependen de los resultados de estas pruebas. El personal de enfermería, al ser responsable de la toma de muestras, también ha de conocer las características y requisitos de cada prueba, de modo que se garantice que estas lleguen oportunamente y con calidad al laboratorio. El paciente debe estar informado del tipo de muestra requerida y del procedimiento que vamos a utilizar para su obtención. Así como precauciones a tener en cuenta antes de la recogida o toma de las muestras. La preparación de los materiales y obtención de la muestra deben hacerse en condiciones de asepsia para asegurar la fiabilidad del resultado y evitar contaminación que falsee el diagnóstico. Manipular las muestras siempre con guantes, para evitar el riesgo del contagio del personal sanitario. Utilizar, siempre que sea posible, recipientes desechables, manipulándolos con el mayor cuidado posible. Al obtener una muestra estamos manipulando residuos biológicos; por lo tanto, debemos adoptar las medidas universales de precaución que ya se han visto en un módulo anterior. Se procesan los recipientes como residuos biológicos. Una vez obtenida la muestra, la identificaremos correctamente para evitar confusiones y pérdidas. Debemos tomar

las medidas necesarias que aseguren su correcto mantenimiento, conservación y transporte de la muestra hasta el servicio de laboratorio para su análisis.

## **CONCLUSION**

En este ensayo pudimos observar que protocolos debemos de establecer al realizar una de las operaciones que mencionamos en este escrito. La exploración física nos es de gran ayuda ya que de ahí podemos confirmar datos que serán de gran ayuda a la hora de hacer una valoración y mismas para pasar al siguiente nivel del proceso de atención enfermero que es el diagnóstico. En este apartado pudimos conocer que la exploración física se debe de realizar siguiendo normas y principios que ayuden al personal enfermero a recopilar datos subjetivos. Vimos que para una exploración física debemos de tratar a los pacientes con demasiada delicadeza y que ellos se sienten cómodos a la hora de realizar dicha operación.

En los signos vitales pudimos conocer la gran importancia que tiene ya que ellos nos permiten ver los parámetros clínicos que reflejan el estado fisiológico del organismo humano. Los diferentes tipos de signos vitales son Temperatura, frecuencia respiratoria, frecuencia cardíaca y presión arterial.

La recopilación de muestras biológicas nos sirven para poder ver como estamos en los diferentes tipos de materiales que contiene nuestro cuerpo y esto lo podemos ver realizando diferentes tipos de pruebas utilizando la sangre, orina y eses. Estas muestras deben de ser extraídas y tratadas con las normas que están establecidas.

## REFERENCIAS

- [http://www.academiamengar.es/global/MisArchivos/Documentos/Aux\\_Enferm\\_E RA/Material%202/muestras.pdf](http://www.academiamengar.es/global/MisArchivos/Documentos/Aux_Enferm_E RA/Material%202/muestras.pdf)
- <http://www.isipedia.com/enfermeria/higiene-del-medio-hospitalario-y-limpieza-del-material/recogida-de-muestras-biologicas>
- <https://revistamedica.com/procedimiento-recogida-muestras-biologicas-tcae/>
- <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/002341.htm>
- <https://www.uaeh.edu.mx/scige/boletin/tlahuelilpan/n1/p1.html#:~:text=Estos%20son%20algunos%20de%20los,diag%3%B3sticos%20enfermeros%20y%20pl anear%20el>
- FUNDAMENTOS DE ENFERMERIA 8 A EDICION DE POTTER PERRY.
- LIBRO: FUNDAMENTOS DE ENFERMERÍA 3RA. EDICIÓN.
- AUTORAS: SUSANA ROSALES BARRERA Y EVA REYES GÓMEZ
- LIBRO: PROCESO ENFERMERO, APLICACIÓN ACTUAL
- AUTORA: BERTHA A. RODRÍGUEZ S.
- LIBRO: FUNDAMENTOS DE ENFERMERIA 1RA EDICION
- AUTORA: MARGARITA ALBA HERNANDEZ