



Nombre de alumnos: YARINET PEREIDA MONTES

Nombre del profesor: LIC. ROSARIO SANCHEZ CRUZ.

Nombre del trabajo: SUPER NOTA EXPLORACION FISICA Y SIGNOS VITALES

Materia: FUNDAMENTOS DE ENFERMERIA

Grado: 1er. CUATRIMESTRE

Grupo: "A"

Pichucalco, Chiapas a 14 de octubre del 2020.



INSPECCION

La inspección consiste en el examen visual, en la que se incluye la “observación” y a partir de ello se puede detectar características normales, signos físicos, hallazgos anómalos, en relación a la persona como la edad y el sexo.



PALPACIÓN

La palpación permite corroborar los datos obtenidos en la inspección esta técnica se realiza mediante el empleo de las manos y dedos o sea del “sentido del tacto”.

La palpación se clasifica en dos tipos “superficial o profunda”.



EXPLORACION FISICA: es el conjunto de maniobras que realiza un médico o enfermero para obtener información sobre el estado de salud de una persona.

PERCUSIÓN

Es un método que consiste en dar golpecitos suaves en partes del cuerpo con los dedos, las manos o con pequeños instrumentos como parte de una exploración física. Se hace para determinar:

El tamaño, la consistencia y los bordes de órganos corporales.

La presencia o ausencia de líquido en áreas del cuerpo.

AUSCULTACIÓN

La técnica de auscultación es un método de exploración que proporciona datos mediante el “sentido auditivo” y permite escuchar los sonidos que son producidos por los órganos en el interior del cuerpo.

se lleva a cabo usando un instrumento llamado estetoscopio.



PRESION ARTERIAL: La presión sanguínea es la tensión ejercida por la sangre que circula sobre las paredes de los vasos sanguíneos, y constituye uno de los principales signos vitales.

EDAD	PRESIÓN SISTÓLICA		PRESIÓN DIASTÓLICA	
	Hombre	Mujer	Hombre	Mujer
16 - 18 años	105 - 135	100 - 130	60 - 86	60 - 85
19 - 24	105 - 139	100 - 130	62 - 88	60 - 85
25 - 29	108 - 139	102 - 135	65 - 89	60 - 86
30 - 39	110 - 145	105 - 139	68 - 92	65 - 89
40 - 49	110 - 150	105 - 150	70 - 96	65 - 96
50 - 59	115 - 155	110 - 155	70 - 98	70 - 98
60 o más	115 - 160	115 - 160	70 - 100	70 - 100

Para una toma correcta de la TA, es preciso seguir las siguientes recomendaciones:

Tomarla tras cinco minutos de reposo por lo menos.

La persona debe estar relajada y no tener prisa.

Tampoco debe haber comido, bebido sustancias excitantes (café, té) ni fumado durante la media hora previa a la medición.

La posición del cuerpo debe ser sentado, no estirado, con la espalda bien apoyada en el respaldo de la silla. Las piernas deben estar tocando el suelo, no cruzadas, y la mano relajada, sin apretar y en posición de descanso.



Brazo de referencia o dominante apoyado más o menos a la altura del corazón, mano relajada. El brazo de referencia o dominante es aquel en el que la TA es más alta.

El manguito debe de estar en contacto con la piel, así que el paciente deberá remangarse la camisa. Si es invierno y se llevan muchas capas de ropa, será mejor que se las quite porque si se remangan diferentes prendas a la vez se puede crear un anillo que constriña la zona. Una vez posicionada la persona se colocará el

manguito, que se adaptará al diámetro del brazo (pequeño, normal, grande). Es importante que mientras el manguito se infla el paciente no hable, puesto que eso afectaría a los valores marcados.

VALORES NORMALES DE FRECUENCIA RESPIRATORIA

Edad Respiraciones por minuto

- ❖ Recién nacido 30 – 80
- ❖ Lactante menor 20 – 40
- ❖ Lactante mayor 20 – 30
- ❖ Niños de 2 a 4 años 20 – 30
- ❖ Niños de 6 a 8 años 20 – 25
- ❖ Adulto 15 – 20



RESPIRACION: La frecuencia respiratoria es el número de respiraciones que realiza un ser vivo en un periodo específico. Movimiento rítmico entre inspiración y espiración, está regulado por el sistema nervioso.

Frecuencia Respiratoria

- ✓ Cantidad de respiraciones que una persona realiza en un minuto.
- ✓ Normal 12-20 rpm (respiraciones por minuto)

Taquipnea | mayor a 20 rpm
Eupnea | 12 a 20 rpm
Bradipnea | menor a 12 rpm

Observar elevación del tórax en cada inspiración. En 1 min.



PULSO: 60 A 100 LATIDOS POR MINUTO.



Cómo tomarse el pulso:

- 1.-Coloque las puntas de los dedos índice y medio en la parte interna de la muñeca por debajo de la base del pulgar.
- 2.-Presione ligeramente. Usted sentirá la sangre pulsando por debajo de los dedos.
- 3.-Use un reloj de pared o un reloj de pulsera en la otra mano y cuente los latidos que siente durante un minuto. O durante 30 segundos y multiplique por dos. Esto también se denomina frecuencia del pulso.

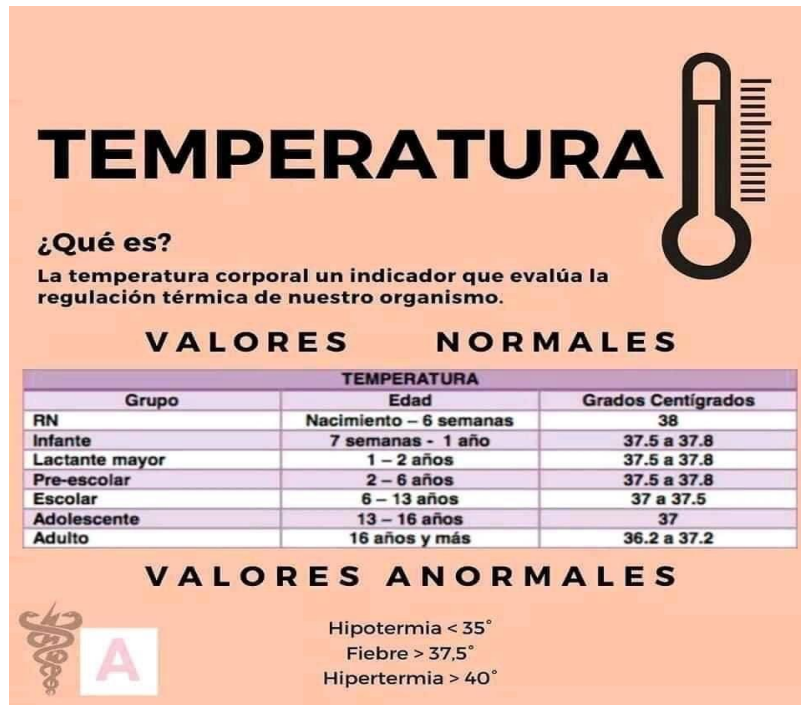
VALORES NORMALES DEL PULSO ARTERIAL

EDAD	LATIDO POR MINUTO
FETO	120 a 160
RECIEN NACIDO (HASTA LOS 28 DIAS)	130 a 140
INFANTE (MENOR DE 1 AÑO)	110 a 130
NIÑOS	90 a 110
ADOLESCENTES	80
ADULTOS	70
ANCIANOS	65

pulso carotideo



TEMPERATURA




TEMPERATURA

¿Qué es?
La temperatura corporal un indicador que evalúa la regulación térmica de nuestro organismo.

VALORES NORMALES

TEMPERATURA		
Grupo	Edad	Grados Centígrados
RN	Nacimiento – 6 semanas	38
Infante	7 semanas - 1 año	37.5 a 37.8
Lactante mayor	1 – 2 años	37.5 a 37.8
Pre-escolar	2 – 6 años	37.5 a 37.8
Escolar	6 – 13 años	37 a 37.5
Adolescente	13 – 16 años	37
Adulto	16 años y más	36.2 a 37.2

VALORES ANORMALES

 **A**

Hipotermia < 35°
Fiebre > 37,5°
Hipertermia > 40°

La temperatura normal del cuerpo varía según el sexo, la actividad reciente, el consumo de alimentos y líquidos, la hora del día y, en las mujeres, la etapa del ciclo menstrual. La temperatura corporal normal puede variar entre 97.8 °F (Fahrenheit) equivalentes a 36.5 °C (Celsius) y 99 °F equivalentes a 37.2 °C en un adulto sano. La temperatura corporal de una persona puede medirse de cualquiera de las siguientes maneras:

En la boca. La temperatura se puede tomar en la boca con un termómetro clásico o con un termómetro digital que utiliza una sonda electrónica para medir la temperatura corporal.

En el recto. La temperatura que se toma por vía rectal (con un termómetro de vidrio o digital) tiende a ser entre 0,5 y 0,7 °F más alta que cuando se toma por vía oral.

En la axila. Se puede tomar la temperatura debajo del brazo con un termómetro de vidrio o digital. La temperatura que se toma en esta zona suele ser entre 0,3 y 0.4 °F más baja que la que se toma por vía oral.

HIPOTERMIA: 35° es una urgencia médica que ocurre cuando el cuerpo pierde calor más rápido de lo que lo produce, lo que provoca una peligrosa disminución de la temperatura corporal.

FIEBRE: 37. 5° Aumento de la temperatura del cuerpo por encima de la normal, que va acompañado por un aumento del ritmo cardíaco y respiratorio, y manifiesta la reacción del organismo frente a alguna enfermedad.

HIPERTEMIA: es el trastorno de la regulación de la temperatura corporal que se caracteriza por una temperatura superior a 40 °. Se debe a una falla en el mecanismo encargado de evacuar el calor y por falta de ajuste termorregulador del organismo.