



▼ PULSO.



▼ RESPIRACIÓN.



▼ TEMPERATURA CORPORAL.



▼ TENSIÓN ARTERIAL.

# UDS

Pasión por Educar

## FUNDAMENTOS DE ENFERMERIA.

Nombre Alumno: Anderson Meda

Nombre Profesora: María del Carmen López

Nombre Trabajo: Signos Vitales

Grado: 1ro Lic Enfermería.

Grupo: A.

Comitan de Dominguez 23 sep 2020.

## SIGNOS VITALES.

Son las las señales o reacciones que presenta cada ser vivo.

Los signos vitales reflejan funciones esenciales del cuerpo, incluso el ritmo cardíaco, la frecuencia respiratoria, la temperatura y la presión arterial. Todos los profesionales de la salud como doctores o enfermeras (as) deben saber observar y medir sus signos vitales para evaluar su nivel de funcionamiento físico.

Los signos vitales normales cambian con la edad, el sexo, el peso, la capacidad para ejercitarse y la salud general.

Tipo de signos vitales: La Temperatura normal del cuerpo varía según el sexo, la actividad reciente, el consumo de alimentos o líquidos, la hora del día, en las mujeres, la etapa del ciclo menstrual. La temperatura corporal normal puede variar entre  $97.8^{\circ}\text{F}$  (fahrenheit) equivalentes a  $37.2^{\circ}\text{C}$  (celsius) y  $99^{\circ}\text{F}$  equivalentes a  $37.2^{\circ}\text{C}$  en un adulto sano. La temperatura corporal de una persona puede medirse 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.

**En la piel:** Un termómetro especial puede medir rápidamente la temperatura de la piel de la frente.

Cuando la temperatura es anormal puede producirse por la fiebre (temperatura alta) o por la hipotermia (baja temperatura). Se entiende como fiebre cuando la temperatura corporal se eleva por un grado normal de  $98,6$  °F.

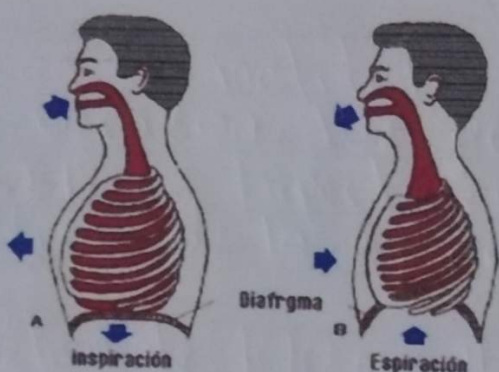
La hipotermia se define como un descenso de la temperatura por debajo de  $95$  °F.

**La frecuencia respiratoria.**

Es la cantidad de respiraciones que una persona hace por minuto. La frecuencia se mide por lo general cuando una persona está en reposo y consiste simplemente en contar la cantidad de respiraciones durante un minuto cada vez que se eleva el pecho.

La frecuencia respiratoria puede aumentar con la fiebre, las enfermedades y otras causas médicas. Cuando se mide las respiraciones, es importante tener en cuenta también si la persona tiene problemas para respirar.

La frecuencia respiratoria normal de un adulto que esté en reposo oscila entre 12 y 20 respiraciones por minuto.



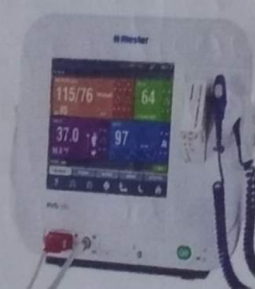
La presión arterial. La presión arterial, medida con un tensiómetro o con un estetoscopio por un enfermero u otro proveedor de atención médica; Es la fuerza que ejerce la sangre contra las paredes de las arterias. Cada vez que el corazón late, bombea sangre hacia las arterias lo que produce una presión sanguínea más alta cuando el corazón se contrae. No puede tomarse su propia presión arterial al manos

que se utilice un tensiómetro eléctrico. Los tensiómetros eléctricos (electrónicos) también pueden medir el ritmo cardíaco o el pulso.

Cuando se mide la presión arterial se registran dos números. El número más elevado, la presión sistólica, es la presión dentro de la arteria cuando el corazón se contrae y bombea sangre a través del cuerpo, mientras que el número más bajo, la presión diastólica, la presión dentro de la arteria cuando el corazón está en reposo y llenándose con sangre. Tanto la presión sistólica como la diastólica se registra en "mm de Hg" (milímetros de mercurio). Este registro representa cuán alto la presión sanguínea eleva la columna de mercurio en un tensiómetro antiguo (como el manómetro o el esfigmomanómetro de mercurio). Hoy en día, es más probable que el consultorio de su médico este equipado con un simple tensiómetro para su medición.

La presión arterial elevada, o hipertensión, aumenta directamente el riesgo de enfermedades coronarias (ataques cardíacos) y derrames cerebrales (ataques cerebrovasculares). Con la presión arterial elevada, las arterias pueden tener una mayor resistencia contra

el flujo sanguíneo, lo que lo obliga al corazón a bombear con mayor fuerza.



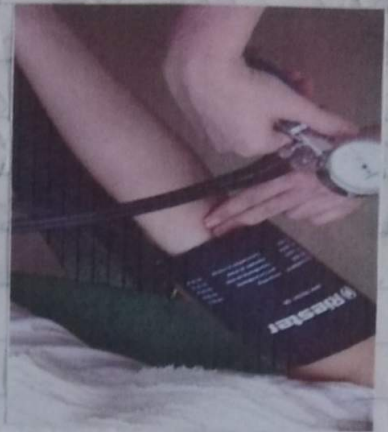
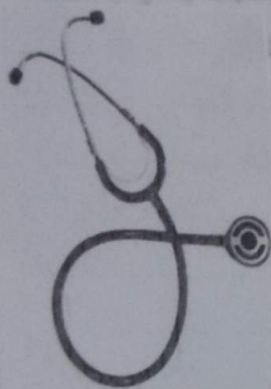
De acuerdo con el Instituto Nacional del Corazón, los Pulmones y la Sangre (NHLBI) la hipertensión se define de la siguiente manera.

- Presión sistólica de 140 mm Hg o más.
- Presión Diastólica de 90 mm Hg o más.

Las metas del NHLBI ahora definen a la presión sanguínea normal de la siguiente manera:

- Presión sistólica de menos de 120 mm Hg.
- Presión Diastólica de menos de 80 mm Hg.

Estos números deben usarse únicamente como guía. Una única medición elevada de presión sanguínea no necesariamente indica un problema.



¿Qué es el Pulso?

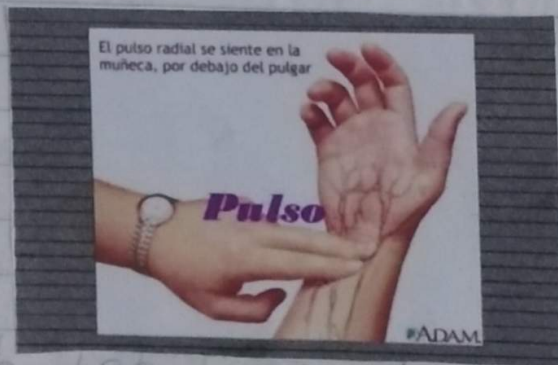
El pulso es una medición de la frecuencia cardíaca, es decir, la cantidad de veces que el corazón late por minuto. A medida que el corazón impulsa la sangre a través de las arterias, las arterias se expanden y se contraen con el flujo sanguíneo. Al tomar el pulso no solo se mide la frecuencia cardíaca, sino también puede indicar:

- El ritmo cardíaco
- La fuerza del pulso.

El pulso normal de los adultos oscila entre los 60 y 100 latidos por minuto. El pulso puede fluctuar y aumentar con el ejercicio.



Las enfermedades, las lesiones y las emociones. Las mujeres mayores de 12 años, en general, tienden a tener un pulso más rápido que los hombres. Los deportistas, como los corredores, que practican mucho ejercicio cardiovascular, pueden tener frecuencias cardíacas de hasta 40 latidos por minuto sin presentar problemas de ningún tipo.



¿Cómo tomarse el pulso? El pulso se puede tomar en diferentes partes del cuerpo como por ejemplo: La arteria sien, en el cuello (carotida), parte interna del brazo (humeral), En la muñeca la (radial), en la parte interna del codo se encuentra la Cubital.

- Con las yemas de los dedos índice y medio presione suavemente pero con firmeza sobre las arterias hasta que sienta el pulso.

- Comience a contar las pulsaciones cuando el segundero del reloj marque las 12;
- Cuente el pulso durante 60 segundos (o durante 15 segundos, y multiplique los por 4 para calcular los latidos por minuto);
- Al contar, no mire al reloj continuamente, más bien concentre en las pulsaciones;
- Si no está seguro de los resultados, pida a otra persona que cuente por usted.