

# FUNDAMENTOS DE ENFERMERIA

**NOMBRE DELALUMNO(A):** María Fernanda Sol Calvillo

**MATERIA:** Fundamentos de enfermería

**GRADO:** Primer cuatrimestre

**CARRERA:** Lic. Enfermería

**DOCENTE:** LIC. Hilaria Hernández Moreno

**ACTIVIDAD:** Ensayo





## «Signos vitales»

A continuación, leeremos acerca de los signos vitales, su valoración y rangos de estos dependiendo las edades, antes de empezar sabemos que los signos vitales son las distintas mediciones que se encargan de la evaluación de las funciones básicas del organismo, estas son de gran utilidad para detectar determinados problemas de salud, cabe mencionar que los signos vitales se pueden medir tanto en un centro médico como en el hogar, o incluso en cualquier momento y lugar durante una emergencia médica, hay que recalcar que estos son los que constituyen las principales señales de vida de una persona, estos son los principales parámetros que se buscan en personas que han sufrido un accidente, traumatismo o un evento violento para poder determinar si están con vida y tener una apreciación de cuál puede ser su estado de salud; tomemos en cuenta que los signos vitales son las primeras manifestaciones de las funciones de mayor importancia para la vida tales como el funcionamiento del sistema respiratorio, del sistema cardiovascular, y del termostato endógeno, cuando estos parámetros se alteran son señales que deben ser tomadas en cuenta, ya que nos indican que pueden haber condiciones de gravedad, entonces concluimos que la ausencia de los signos es la principal característica de la muerte de las personas.

# <TECNICAS DE VALORACION DE LOS SIGNOS VITALES>

Sabemos que los signos vitales principales son tres: la temperatura, el pulso y el ritmo respiratorio; también la presión arterial que, si bien no es un signo como tal, si se suele medir junto con los tres anteriores.

**PULSO:** es la medición de la frecuencia cardiaca, que es el número de veces que el corazón late por minuto, este funciona de la siguiente manera cuando el corazón impulsa la sangre a través de las arterias estas se contraen y se expanden, así cuando se mide el pulso también se evalúa el ritmo cardiaco y la fuerza del pulso.

TOMAR EL PULSO EN LA MUÑECA:

Para tomar el pulso en la muñeca, en primer lugar, se colocan los dedos índice y corazón en la parte interior de la muñeca, justo debajo del pulgar.

Utilizando un cronómetro se cuentan las pulsaciones durante un lapso de 60 segundos.

Es conveniente anotar el número de pulsaciones junto con la fecha y la hora. De este modo se puede llevar un seguimiento del pulso.

TOMAR EL PULSO EN EL CUELLO:

Como sabemos los latidos del corazón también pueden medirse en el cuello, para ello se colocan los dedos índice y corazón en uno de los lados del cuello, en la zona en la que se unen el cuello y la mandíbula.

A continuación, se cuentan las pulsaciones durante 60 segundos.

Y, por último, del mismo modo que realizando la medición en la muñeca, se anotan los resultados.

**RITMO RESPIRATORIO:** este es el número de respiraciones que una persona realiza durante un minuto, en general esta medición se hace cuando la persona está en reposo, consiste en contar la cantidad de respiraciones realizadas en un minuto, se toma en cuenta las veces que se eleva el pecho.

**TAQUIPNEA E HIPERVENTILACION:** la taquipnea se refiere a cuando una persona tiene una respiración demasiado acelerada y al hablar de hiperventilación es cuando se lleva a cabo una respiración profunda y rápida de una persona por lo general esta es provocada por una determinada enfermedad del aparato respiratorio, así como la ansiedad; cuando la respiración es muy rápida y notoria puede haber varias causas como:

- **Asma:** es una de las enfermedades más conocidas del aparato respiratorio, que se caracteriza por una respiración complicada acompañada de otros síntomas: tos aguda, sensación de ahogo en el pecho y ruidos sibilantes.
- **Insuficiencia cardiaca:** la insuficiencia cardiaca es un trastorno que se da cuando el corazón no es capaz de bombear la sangre que el organismo necesita.
- **Neumonía:** la neumonía es una enfermedad respiratoria caracterizada por la inflamación de los pulmones. Se desarrolla por la infección de un virus o una bacteria. En relación a sus síntomas, los que se repiten con mayor frecuencia son fiebre alta, dolor intenso en el costado y tos.
- **Ansiedad:** un ataque de ansiedad es otra de las posibles causas de la respiración rápida y superficial, el cual puede venir dado por diferentes razones y que se caracteriza por un miedo intenso que aparece de forma súbita.

**PRESION ARTERIAL:** esta es la fuerza que ejerce la sangre contra las paredes de las arterias, tenemos que saber que cuando el corazón late bombea una determinada cantidad de sangre hacia las arterias de modo que se produce una presión sanguínea más elevada durante la contracción del musculo cardiaco; debemos tener algo bien en cuenta al medir a la presión, se registra un total de dos números, por un lado la presión sistólica es el número más elevado, es la

presión ejercida en el interior de la arteria durante la contracción de sangre, cuando bombea sangre a todo el cuerpo; y por otra parte la presión diastólica es el número más bajo, este se denomina como tal a la presión dentro de la arteria cuando el corazón se encuentra en reposo, ambos valores se miden en mm de Hg, milímetros de mercurio.

COMO MEDIR LA PRESION ARTERIAL:

Esto es algo fundamental para aprender, para que la presión arterial no arroje resultados equivocados, hay una serie de pasos a tomar: la medición se realiza antes de las comidas, evitar el tabaco y el alcohol, se recomienda orinar antes de medir la presión y no hay que realizar ejercicio físico antes de eso Para medir la presión arterial en casa en primer lugar hay que sentarse con la espalda bien apoyada en el respaldo y las piernas colocadas en paralelo.

1. Se deja reposar el brazo sobre una mesa, de manera que quede a la altura del corazón, sin moverlo.
2. Se coloca el tensiómetro, ubicando el manguito entre dos y tres centímetros por encima del codo.
3. Se deja la palma de la mano hacia arriba, con el codo un poco flexionado.

**TEMPERATURA CORPORAL:** este es uno de los signos que más se evalúa tanto en adultos como en niños, en si no hay una temperatura exacta para todos ya que hay factores que intervienen porque todos somos diferentes, en general se considera una temperatura corporal normal a aquella que está entre los 36,5°C y los 37,2°C

COMO SE MIDE LA TEMPERATURA CORPORAL:

Hay que tomar en cuenta que hay diferentes métodos para medir la temperatura corporal, el mejor momento del día para hacerlo es entre las 6 y las 18 horas, en posición sentada y siempre antes de la práctica de ejercicio físico.

- **En la boca:** se utiliza habitualmente en niños; el termómetro se introduce en la boca para calcular cuál es la temperatura del cuerpo.
- **En el recto:** aunque no es demasiado habitual, la temperatura corporal también puede medirse por vía rectal con un termómetro de vidrio o digital.
- **En la axila:** es el método más frecuente de medición, sobre todo en personas adultas.
- **En la oreja:** actualmente se pueden encontrar termómetros especiales capaces de medir en cuestión de segundos la temperatura a la que se encuentra el tímpano y, con ello, indicar la temperatura corporal.
- **En la piel:** una de las vías de medición más cómodas para bebés y niños pequeños. Basta con situar el termómetro sobre la piel de la frente.

## “RANGOS DE LOS SIGNOS VITALES”

Concluimos que los signos vitales reflejan las funciones básicas del cuerpo, procederemos a conocer los rangos de cada signo vital de acuerdo a la edad de la persona:

**PULSO:** como aprendimos anteriormente este mide la cantidad de veces que el corazón late por minuto, los valores normales son los siguientes:

Para los recién nacidos o entre las 6 semanas es de 120-140; los lactantes de entre 7 semanas y 1 año es de 100-130; el infante de 1 a 2 años es de 100-120; los preescolares de entre 2 a 6 años es de 80-120; los escolares de entre 6 a 13 años es 80-100; los adolescentes de entre 13 a 16 años es de 70-80 y el adulto de entre 16 años en adelante es 60-80, bien estos deben ser los parámetros normales

**RITMO RESPIRATORIO:** de ello sabemos que es el que mide la frecuencia respiratoria que representa el número de inhalaciones y exhalaciones en reposo durante un minuto, veamos: en los recién nacidos de entre 6 meses es 40-45 ventilaciones; los lactantes de entre 7 semanas y 1 año es de 20-30 ventilaciones; en los infantes de 1 a 2 años es de 20-30 ventilaciones; en los preescolares de entre 6 a 13

años es de 20-30 ventilaciones; los escolares de entre 6 a 13 años es de 12-20 ventilaciones; los adolescentes de entre 13 a 16 años es de 12—20 ventilaciones al igual que para los adultos.

**PRESION ARTERIAL:** de esta recalcamos que es la que mide la fuerza sanguínea contra las paredes de las arterias y que se expresa en dos números, el primero refiere a la presión del corazón cuando late y bombea sangre (sistólica), mientras el segundo indica la presión entre latidos, es decir, cuando está en reposo (diastólica): de los recién nacidos a 6 meses el parámetro normal es de 70-100/50-68; del lactante es de 84-106/56-70; del infante es de 98-106/58-70; del preescolar es de 99-112/64-70; del escolar es de 104-124/64-86; de los adolescentes es de 118-132/70-82 y de los adultos en adelante es de 110-140/70-90.

**TEMPERATURA:** este alta o baja la temperatura corporal indica infección o enfermedad, puede medirse en boca, axila, recto, oreja o piel, los rangos normales según la edad son los siguientes: en los recién nacidos es de 38 °c, en los lactantes, infantes y preescolares es 37.5 a 37.8 °c; en los escolares es 37 a 37.5 °c; en los adolescentes es de 37 °c y de los adultos en adelante es de 36.2 a 37.2 °c

## **CONCLUSION:**

Este tema fue de mucha utilidad para mí además que es muy importante e interesante ya que no sabemos en qué momento tendremos que utilizar la toma de signos vitales para ayudar a alguien, y es fundamental saber sobre ellos, que rangos abarca cada uno y que técnicas aplicar para tomarlos, sin duda es una de las bases importantes en la labor de una enfermera(o) y es pero que este tema le sirva y sea claro para cualquiera que quiera aprender sobre ello.