

Exploración Física

Una exploración minuciosa de la cabeza a los pies de los pacientes adultos requieren de un amplio conocimiento de las técnicas de exploración para cada región del cuerpo. Debemos estar preparados para detectar variaciones normales y resultados anormales.

La salud y el bienestar del paciente deben ser el eje principal de la exploración, pero se debe promover también la comodidad personal del paciente. Al mostrar respeto por el paciente promovemos su comodidad y relajación lo que ayuda a asegurar una exploración exitosa.

Otro aspecto que se debe cuidar para comodidad del paciente es tener la vestimenta adecuada durante la exploración junto con la comunicación de lo que se pretende al pasar de una zona a otra del cuerpo. Reduzca al mínimo el número de veces que pide el paciente que cambie de posición.

Examen general y signos vitales.

Observe datos como el estado de salud general, facilidad de respiración, altura, complejión y desarrollo sexual, tome el peso del paciente, la actividad motora y la marcha, así como su forma de vestir. Su aspecto e higiene personal, observe sus expresiones faciales y escuche su manera de hablar, mientras evalúa su estado de conciencia.

Tome sus signos vitales, al tomar la tensión arterial seleccione un brazalete del tamaño

Adecuado y posteriormente Coloque el brazo del paciente. Registre la frecuencia cardiaca del paciente, comprobando el pulso radial o en adultos mayores el pulso apical, después evalúa la respiración, escucha el número de respiraciones por minuto posteriormente tome la temperatura del paciente, los 3 métodos más comunes son: Oral, membrana timpánica o en ocasiones rectal.

Comienza la revisión de la piel observando la cara del paciente, hidratación, resequeedad, inflamación o asimetría facial, evalúa, las líneas del paciente.

Observa el color pigmentación, textura, distribución y grosor del pelo, busque nevos, cicatrices y otras características; cuando encuentre nevos o verrugas, evalúe la posibilidad de que se trate de melanomas usando el método ABCDE.

Posteriormente evalúe la cabeza, los ojos, los oídos la nariz y la garganta (HEENT) palpa el cuero cabelludo, en busca de cualquier depresión en el cuello, nevos o pediculosis; inspeccione la cara observe si la expresión facial y las cejas son simétricas. Revise el color de la conjuntiva, en busca de palidez y de la esclerótica; inspeccione ambas corneas, iris y cristallinos, compare las pupilas y evalúe sus reacciones y gusto a la luz, examine el fondo del ojo con el oftalmoscopio con el aspecto más grande que tenga sostenga

el otoscopio en un angulo ascendente, evalua la agudez auditiva; examine las cavas anterior e inferior de la nariz; inspeccione si hay dolor en la palpación de los senos frontales; Presionando hacia arriba los senos frontales desde abajo del borde supraorbitario, despues presione hacia arriba en los senos maxilares.

Explore la boca y observe asimetria, el color y la hidratación de los labios y busque masas, úlceras, grietas o descamación, inspeccione la mucosa oral y observe el color de las encias normalmente rosadas. Examine los márgenes de las encias y las papilas interdientales para ver si hay ulceración o inflamación, revise los dientes del paciente y busque anomalías, examine paladares duro y blando, uvula, lengua y otras estructuras de la boca

El primer nervio craneal, el olfatorio, por lo general no se evalua a menos que se sospeche algún problema neurological.

El segundo nervio craneal, el optico se puede evaluar mediante una prueba de agudeza visual conocida como prueba de Snellen, pero antes se evalua la respuesta pupilar.

Los nervios craneales III, IV y VI controlan el movimiento extraocular.

Después pruebe los distintos componentes del 5to nervio craneal que incluyen la respuesta motora, la respuesta sensorial y el reflejo corneal.

El 7mo nervio craneal se evalúa revisando los movimientos de la expresión facial del paciente.

Después evalúe el octavo nervio craneal responsable de la audición, examine un oído a la vez.

Evalúe los nervios craneales IX y X escuchando la voz del px ¿se percibe ronquera o tiene una calidad nasal?

Para evaluar el décimo par craneal advierta al px que va a revisar el reflejo faríngeo estimule ligeramente la parte posterior de la garganta alternando cada lado.

Evalúe el décimo primer nervio craneal desde atrás del px busque atrofia o fasciculaciones musculares del trapecio pídeo al paciente encoger ambos hombros hacia arriba mientras hace fuerza con las manos. Pruebe la fuerza del trapecio, desde el frente pida al px que gire su cabeza en ambas direcciones mientras usted opone resistencia con la mano observe la contracción y la fuerza.

Evalúe el décimo Segundo nervio Craneal examinando, la lengua del paciente en busca de atrofia o fasciculaciones, busque asimetrías y desviaciones de la línea central

Ahora examine el Cuello palpando los ganglios linfáticos Cervicales anteriores y posteriores. En cada ganglio observe su tamaño, movilidad y cualquier forma de dolor a la palpación observe masas en el cuello, después palpe la insisiva yugular.

Coloque se detras del px examina los músculos dorsales observe la altura del hombro en terminos de simetria despues palpa la columna vertebral; Examine, palpe y percute y el torax y los pulmones. Coloque sus pulgares cerca de la columna vertebral a nivel de las decimas costillas, pida al px inspirar profundamente y espirar totalidad, sienta el rango y la simetria del movimiento toracico.

Extremidades superiores Una vez que haya examinado las manos del px y la espalda alta usted puede decidir si se justifica una exploración musculoesquelética más exhaustiva: examine y palpe articulaciones temporomandibulares, manos, muñecas, codos, hombros y cuello. Teuse y palpe articulaciones y después evalúe su rango de movimiento. En los hombros evalúe la rotación externa e interna.

Examinación neurológica; primero evalúe visualmente la masa muscular del px, después ponga a prueba el tono muscular. Ahora pruebe la fuerza muscular pida al px que apriete sus dedos, posteriormente evalúe bíceps tríceps y repita en el otro lado. Después reuse el movimiento punto por punto mamas. Exproación de las mamas es importante tanto en px femeninos como masculinos. Palpe en un movimiento rotatorio liso que evalúe el tejido de la ma en cuanto a consistencia. Sensibilizada nodulos o masas.

Torax anterior y pulmones. Px en posición supina respiración normal. observe condiciones de la piel y examine el pecho para ver si hay deformidades o asimetría; palpe la pared del torax para localizar cualquier forma de dolor o anomalías, posteriormente percute el torax anterior identifique sonidos de la percusión y su ubicación; escuche ruidos respiratorios sobre los campos anteriores del pulmón.

Con el px en posición supina con elevación 30 grados; registrar el pulso venoso yugular o puy. Mida el puy con relación al ángulo esternal; examine y palpe el pulso carotídeo palpación y auscultación; examine y palpe el precordio observe la localización, diámetro amplitud y duración del impulso apical; escuche todas las áreas de auscultación en 6 posiciones o focos.

Coloca la mesa en posición horizontal, descubre el abdomen en posición supina, cubra abdomen inferior, arriba de las rodillas, escuche ruidos hidroaéreos intestinales palpe ligeramente y luego de manera más profunda.

Extremidades inferiores. evalúa la fuerza de la extremidad, el volumen, el tono, la sensibilidad, los reflejos el reflejo de babinski. Examine el sistema músculo esquelético del px en posición supina y de pie, realice la alineación de la columna y su rango de movimiento, así como la alineación de piernas y pies.