

Signos Vitales

Son constantes vitales que indican el estado de salud o enfermedad de un cuerpo humano y se pueden observar, medir y auscultar y vigilar con diferentes tipos de técnicas.

Los signos vitales comprenden la frecuencia cardiaca, frecuencia respiratoria, la temperatura y la tensión arterial.

Pulso

Pulso

Es una onda pulsátil arterial perceptible a través de la palpación, la cual es producida por la expansión y contracción de las paredes arteriales generadas a su vez por los mecanismos de sístole y diástole.

Características:

- **Frecuencia:** hace referencia al número de pulsaciones por minuto.
- **Regularidad:** hace referencia a si la secuencia de pulsaciones es igual.
- **Tensión:** Es la diferencia entre la presión arterial sistólica y la diastólica y también corresponde a un índice de distensibilidad arterial.
- **Amplitud:** Es la altura de la onda pulsátil la cual va a depender de la expulsión ventricular o del volumen sistólico y su relación inversa con la resistencia arterial.

Factores que modifican el pulso:

Emociones, edad, sexo, ejercicio, medicamentos, temperatura, sexo, postura, tensión arterial y padecimientos.

Arterias más comunes: Temporal, carótida, humeral, cubital, radial, femoral, poplitea, apical, pedía, braquial, tibia posterior.

Seleccionada

6. Presionar lo necesario para percibir las pulsaciones.
7. Notar la fuerza, ritmo y cuantificar los latidos por minuto.
8. Realizar las anotaciones.

Presión Arterial

La presión que se crea dentro de las arterias gracias a la sangre eyectada del corazón, depende de la relación que existe entre: El flujo por minuto que es bombeado, también llamado gasto cardíaco y la resistencia que los vasos periféricos ofrecen al ser distendidos, llamada resistencia periférica.

Puede decirse que la presión arterial es igual al gasto cardíaco expresado en flujo por minuto, multiplicado por la resistencia periférica.

Hay tanto una tensión máxima (tensión arterial sistólica) como una tensión arterial mínima (tensión arterial diastólica).

Factores que condicionan la T/A:

La edad, el ejercicio, el sexo, la constitución física, el sueño, y diversos estados emocionales, que suelen modificar la T/A.

Variaciones:

- Normal: La T/A de un adulto en promedio es de 120/80 mm/Hg en reposo.
- Hipotensión: Se dice que se está hipotenso cuando ambas presiones sistólica y diastólica se encuentran por debajo de los parámetros normales.
- Hipertensión: Se presenta cuando la presión arterial está por encima de los parámetros normales.

Norma

Seleccionada

6. Presionar lo necesario para percibir las pulsaciones.
7. Notar la fuerza, ritmo y cuantificar los latidos por minuto.
8. Realizar las anotaciones.

Presión Arterial

La presión que se crea dentro de las arterias gracias a la sangre eyectada del corazón, depende de la relación que existe entre: El flujo por minuto que es bombeado, también llamado gasto cardíaco y la resistencia que los vasos periféricos ofrecen al ser distendidos, llamada resistencia periférica.

Puede decirse que la presión arterial es igual al gasto cardíaco expresado en flujo por minuto, multiplicado por la resistencia periférica.

Hay tanto una tensión máxima (tensión arterial sistólica) como una tensión arterial mínima (tensión arterial diastólica).

Factores que condicionan la T/A:

La edad, el ejercicio, el sexo, la constitución física, el sueño, y diversos estados emocionales, que suelen modificar la T/A.

Variaciones:

- Normal: La T/A de un adulto en promedio es de 120/80 mm/Hg en reposo.
- Hipotensión: Se dice que se está hipotenso cuando ambas presiones sistólica y diastólica se encuentran por debajo de los parámetros normales.
- Hipertensión: Se presenta cuando la presión arterial está por encima de los parámetros normales.

Norma

Parámetros por tensión

- Sistólica normal: 120 mm/Hg
- Hipotensión sistólica: 90 mm/Hg o menos
- Hipertensión sistólica: 130 mm/Hg o más
- Diastólica normal: 80 mm/Hg
- Hipotensión diastólica: 60 mm/Hg o menos
- Hipertensión diastólica: 90 mm/Hg o más

Edad	Parámetro
R/N	75/55 mm/Hg
1 año	90/50 mm/Hg
6 años	95/57 mm/Hg
10 años	102/62 mm/Hg
14 años	120/80 mm/Hg
Adulto	120/80 mm/Hg
Anciano	La diastólica puede aumentar.

Procedimiento:

1. Lavarse las manos, preparar el equipo
Preparar física y emocionalmente al paciente
2. El paciente debe estar en reposo sentado o acostado explicar el procedimiento.
3. Descubra el brazo del paciente hasta el hombro, debe estar apoyado en la cama o sruo con la palma de la mano hacia arriba, pedir al paciente que relaje el músculo y se pare los dedos de la mano.
4. Cualquier obstáculo al paso de la sangre modifica la cifra de la presión real.
5. Colocar el brazalete en el brazo del paciente a 2 cm por arriba del pliegue del codo, busque el pulso tocando con la punta de los dedos índice y medio.

6. Colocar las diapas del estetoscopio en los conductos auditivos y la campana del estetoscopio en donde se localiza el pulso arterial y sostenga la campana sobre la piel del paciente. Bombear la perilla hasta que la columna de mercurio o reloj
7. suba hasta 200 mm/hg.
8. Abrir la válvula de la perilla lentamente y escuchar el primer ruido cardíaco, este se llama sistole, continuar desalojando lentamente el aire y escuchar con atención para identificar el sonido más débil, corresponde a diástole. Registrar los datos obtenidos.

Respiración

Se refiere a la cantidad de ciclos respiratorios por minuto (inspiración y expiración).

Alteraciones:

- Taquipnea: aceleración o aumento del ritmo respiratorio.
- Apnea: Periodos de ausencia de la respiración durante un tiempo determinado.
- Bradipnea: Lentitud anormal de la respiración.
- Disnea: Dificultad para respirar o respiración dolorosa.
- Hipernexia: Aumento anormal de la profundidad de la frecuencia de los movimientos respiratorios.
- Ortornexia: Incapacidad de respirar cuando se está en posición horizontal.

Parámetros según la edad.

Edad	Media o estándar	Parámetro
R/N	50	45-60 por min.
1 año	48	35-40 por min.
2 años	42	30-36 por min.
8 años	26	20-25 por min.
16 años	18	18-23 por min.
Adultos	18	16-20 por min.

Procedimiento:

1. Brindar preparación psicológica al paciente.
2. Colocar al paciente en decúbito dorsal en caso necesario.
3. Colocar el brazo del paciente sobre su tórax y apoyar los dedos sobre su arteria radial como si estuviera tomando el pulso.
4. Contar y observar los movimientos respiratorios durante 1 minuto.
5. Dirigir la mirada hacia el tórax del paciente para observar los movimientos de inspiración y espiración así como sus características.
6. Anotar las cifras.

Temperatura

Es el grado de calor del cuerpo que se conserva debido a un equilibrio que se establece entre el calor que se produce y el que se pierde y se puede medir en las cavidades, rectal, bucal, axilar o inguinal.

Parámetros

Temperatura	Parámetro
Normal	36°C a 36.9°C
Hipo-termia	Menos de 36°C
febrícula	37° a 37.4°c
hipertermia	38°C a 39.9°C
fiebre	Más de 40°C

Procedimiento

1. Lavarse las manos y preparar el equipo
2. Explicarle al paciente el procedimiento,
3. Retirar el termómetro del porta termómetro y retirar el exceso de solución antiséptica.
4. Leer el termómetro para asegurarse que la columna del mercurio este por debajo de 35°
5. Colocar el bulbo debajo de la lengua, en la axila seleccionada o en el recto según sea el caso.
6. Esperar de 3 a 5 min para retirar el termómetro, en
7. Limpiar el termómetro
8. Registrar la cifra
9. Colocar el termómetro en solución jabonosa.