



NOMBRE DEL ALUMNO:

GABRIELA MONTSERRAT CALVO VAZQUÉZ

NOMBRE DEL PROFESOR:

BEATRIZ GORDILLO LOPEZ

NOMBRE DEL TRABAJO:

MAPA CONCEPTUAL DE SIGNOS VITALES

MATERIA:

SUBMODULO 1

GRADO: SEGUNDO SEMESTRE GRUPO: A

PASIÓN POR EDUCAR

SIGNOS VITALES

FRECUENCIA RESPIRATORIA

LA FRECUENCIA RESPIRATORIA CAMBIA EN FUNCION DE MUCHOS FACTORES DE SALUD Y ACTIVIDAD. LA FRECUENCIA RESPIRATORIA NORMAL TAMBIEN DIFIERE EN LOS ADULTOS Y EN LOS NIÑOS

LA FRECUENCIA RESPIRATORIA ES EL NÚMERO DE RESPIRACIONES QUE ALGUIEN REALIZA CADA MINUTO. ES UNO DE LOS PRINCIPALES SIGNOS VITALES, JUNTO CON LA PRESIÓN ARTERIAL, EL PULSO Y LA TEMPERATURA.

CUANDO UNA PERSONA INHALA, EL OXÍGENO ENTRA EN SUS PULMONES Y VIAJA A LOS ÓRGANOS. AL EXHALAR, EL DIÓXIDO DE CARBONO SALE DEL CUERPO. UNA FRECUENCIA RESPIRATORIA NORMAL DESEMPEÑA UN PAPEL FUNDAMENTAL EN EL MANTENIMIENTO DEL EQUILIBRIO DE OXÍGENO Y DIÓXIDO DE CARBONO EN EL ORGANISMO

Edad	Respiraciones por minuto
Desde el nacimiento hasta un año	30–60
De 1 a 3 años	24–40
De 3 a 6 años	22–34
De 6 a 12 años	18–30
De 12 a 18 años	12–16
Más de 18 años	12–20

FRECUENCIA RESPIRATORIA

CAUSAS DE LA FRECUENCIA RESPIRATORIA ELEVADA:

ANSIEDAD. LAS PERSONAS PUEDEN RESPIRAR MÁS RÁPIDO CUANDO TIENEN MIEDO O ANSIEDAD. LA RESPIRACIÓN RÁPIDA, O HIPERVENTILACIÓN

FIEBRE. COMO LA TEMPERATURA CORPORAL AUMENTA CON LA FIEBRE, LA FRECUENCIA RESPIRATORIA TAMBIÉN PUEDE AUMENTAR

AFECCIONES RESPIRATORIAS. LAS AFECCIONES QUE PUEDEN AUMENTAR LA FRECUENCIA RESPIRATORIA DE UNA PERSONA INCLUYEN:

ENFERMEDAD PULMONAR OBSTRUCTIVA CRÓNICA, ASMA, NEUMONÍA, INTOXICACIÓN POR MONÓXIDO DE CARBONO

PROBLEMAS CARDÍACOS. SI EL CORAZÓN NO BOMBEA CORRECTAMENTE PARA HACER LLEGAR EL OXÍGENO A LOS ÓRGANOS, EL ORGANISMO PUEDE REACCIONAR MEDIANTE UNA RESPIRACIÓN ACCELERADA.

DESHIDRATACIÓN. LA DESHIDRATACIÓN PUEDE AUMENTAR LA FRECUENCIA RESPIRATORIA, YA QUE EL CUERPO TRATA DE LLEVAR ENERGÍA A LAS CÉLULAS.

TAQUIPNEA

FRECUENCIA RESPIRATORIA

CAUSAS DE LA FRECUENCIA RESPIRATORIA BAJA:

SOBREDOSIS DE DROGA. EL CONSUMO DE ALCOHOL Y OTROS DEPRESORES DEL SISTEMA NERVIOSO CENTRAL, COMO LOS NARCÓTICOS Y LAS BENZODIACEPINAS

APNEA OBSTRUCTIVA DEL SUEÑO. LA APNEA DEL SUEÑO CONSISTE EN UN BLOQUEO DE LAS VÍAS RESPIRATORIAS, A MENUDO DEBIDO A LA RELAJACIÓN DE LOS TEJIDOS BLANDOS DE LA GARGANTA

TRAUMATISMO CRANEOENCEFÁLICO. LOS TRAUMATISMOS CRANEOENCEFÁLICOS PUEDEN AFECTAR LA ZONA DEL CEREBRO QUE DESEMPEÑA UN PAPEL EN LA RESPIRACIÓN, LO QUE PUEDE PROVOCAR UNA DISMINUCIÓN DE LA FRECUENCIA RESPIRATORIA

BRADIPNEA

SIGNOS VITALES

FRECUENCIA CARDIACA

LA FRECUENCIA CARDIACA ES EL NÚMERO DE VECES QUE SE CONTRAE EL CORAZÓN DURANTE UN MINUTO (LATIDOS POR MINUTO). PARA EL CORRECTO FUNCIONAMIENTO DEL ORGANISMO ES NECESARIO QUE EL CORAZÓN ACTÚE BOMBEANDO LA SANGRE HACIA TODOS LOS ÓRGANOS, PERO ADEMÁS LO DEBE HACER A UNA DETERMINADA PRESIÓN (PRESIÓN ARTERIAL) Y A UNA DETERMINADA FRECUENCIA

POR REGLA GENERAL, LA FRECUENCIA NORMAL EN REPOSO OSCILA ENTRE 50 Y 100 LATIDOS POR MINUTO (1 PM)

¿CÓMO MANTENER UNA FRECUENCIA CARDIACA NORMAL?

PRACTICANDO EJERCICIO FÍSICO DE FORMA REGULAR. SE ESTIMA QUE CADA 1-2 SEMANAS DE ENTRENAMIENTO AERÓBICO PODRÍAMOS CONSEGUIR UNA REDUCCIÓN EN LA FRECUENCIA CARDIACA EN REPOSO DE UN LATIDO POR MINUTO.

EXISTEN FÁRMACOS QUE SON CAPACES DE REDUCIR LA FRECUENCIA CARDIACA. ALGUNOS DE ELLOS TAMBIÉN SE UTILIZAN PARA EL TRATAMIENTO DE LA CARDIOPATÍA ISQUÉMICA (INFARTO O ANGINA DE PECHO) O LA INSUFICIENCIA CARDIACA.

TEMPERATURA CORPORAL

LA TEMPERATURA CORPORAL NORMAL VARÍA EN FUNCIÓN DE MUCHOS FACTORES, COMO LA EDAD, EL SEXO Y LOS NIVELES DE ACTIVIDAD DE UNA PERSONA.

QUÉ HACE QUE LA TEMPERATURA CORPORAL CAMBIE

LOS ESCALOFRÍOS SE PRODUCEN PARA AYUDAR A QUE EL CUERPO SE CALIENTE.

UN ÁREA DEL CEREBRO LLAMADA HIPOTÁLAMO REGULA LA TEMPERATURA CORPORAL. SI LA TEMPERATURA CORPORAL SUBE O CAE POR DEBAJO DE LA MARCA DE 37 °F, EL HIPOTÁLAMO SE ACTIVA PARA REGULAR LA TEMPERATURA.

SÍNTOMAS DE LA FIEBRE

LOS MÉDICOS CONSIDERAN QUE LA FIEBRE ES UNA TEMPERATURA CORPORAL QUE ALCANZA O SUPERA LOS 100.4 °F. OTROS SÍNTOMAS INCLUYEN:

PÉRDIDA DEL APETITO, ESCALOFRÍOS, DOLOR DE CABEZA, IRRITABILIDAD, DOLORES MUSCULARES, ESCALOFRÍOS, SUDORACIÓN

TENSION ARTERIAL

LA PRESIÓN ARTERIAL ES UNA MEDICIÓN DE LA FUERZA EJERCIDA CONTRA LAS PAREDES DE LAS ARTERIAS A MEDIDA QUE EL CORAZÓN BOMBEA SANGRE A SU CUERPO. HIPERTENSIÓN ES EL TÉRMINO QUE SE UTILIZA PARA DESCRIBIR LA PRESIÓN ARTERIAL ALTA.

SI SE DEJA SIN TRATAMIENTO, LA PRESIÓN ARTERIAL PUEDE LLEVAR A MUCHAS AFECCIONES MÉDICAS. ESTAS INCLUYEN ENFERMEDADES DEL CORAZÓN, ACCIDENTE CEREBROVASCULAR, INSUFICIENCIA RENAL, PROBLEMAS EN LOS OJOS Y OTROS PROBLEMAS DE SALUD.

UNA PRESIÓN ARTERIAL NORMAL ES CUANDO LA PRESIÓN ARTERIAL ES MENOR A 120/80 MM HG LA MAYORÍA DE LAS VECES.

UNA PRESIÓN ARTERIAL ALTA (HIPERTENSIÓN) ES CUANDO UNO O AMBOS NÚMEROS DE LA PRESIÓN ARTERIAL SON MAYORES DE 130/80 MM HG LA MAYORÍA DE LAS VECES.

SI EL VALOR DEL NÚMERO SUPERIOR DE SU PRESIÓN ARTERIAL ES ENTRE 120 Y 130 MM HG Y EL VALOR DEL NÚMERO INFERIOR ES MENOR A 80 MM HG. SE DENOMINA PRESIÓN ARTERIAL ELEVADA.

CAUSAS

MUCHOS FACTORES PUEDEN AFECTAR LA PRESIÓN ARTERIAL, INCLUSO:

LA CANTIDAD DE AGUA Y DE SAL QUE USTED TIENE EN EL CUERPO

EL ESTADO DE LOS RIÑONES, EL SISTEMA NERVIOSO O LOS VASOS SANGUÍNEOS

SUS NIVELES HORMONALES

BIBLIOGRAFIA

<https://www.medicalnewstoday.com/articles/es/frecuencia-respiratoria-normal#causas-de-las-frecuencias-bajas>

<https://fundaciondelcorazon.com/prevencion/riesgo-cardiovascular/frecuencia-cardiaca.html>

<https://www.medicalnewstoday.com/articles/es/temperatura-normal-del-cuerpo#sintomas-de-la-fiebre>

<https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/000468.htm>