

## \* INTRAMUSCULAR PROFUNDA EN TECNICA Z

serv. mor. Esta técnica de inyección mantiene la medicación en el músculo evitando su filtración a otros tejidos

### © OBJETIVOS DE LA TECNICA EN Z

- Favorecer la absorción de una sustancia medicamentosa en el tejido muscular
- Evitar el vaciamiento retrogrado del medicamento hacia el tejido subcutáneo, epidermis y dermis.

### © MATERIAL Y EQUIPO

- Frasco con agua
- Frasco con Jabón
- Torundas de algodón seco
- Azafrate
- Tarjeta de medicamentos debidamente revisada con el expediente o receta chequeada en farmacia si es Encenaxio es un EBATS
- Medicamentos indicado
- Bolsa para descartar
- Jeringa hipodérmica calibre 21 o 22 por .2.5 de largo

### © ACTIVIDADES DE LA TECNICA EN Z

- Lavarse las manos
- Preparar el medicamento según descripción de la preparación del medicamento por vía intramuscular
- Colocar la jeringa en el azafrate con el resto del equipo y trasladarse a la unidad del usuario
- Información al usuario sobre el tratamiento
- Si el sitio seleccionado es el deltoides o el muslo en posición sentada o supina.

- Identificar el área
- Desinfectar la piel del área identificada
- Colocar los dedos índice y medio en línea recta sobre el área seleccionada para inyectar
- Presionar y desplazar los dedos por lo menos 2.5 cm hasta formar un plano similar a la letra Z
- Insertar la aguja con un ángulo de 90 grados y mantener los dedos índice y medio estirados
- Introducir toda la medicación esperar 10 segundos para liberar la aguja
- Relajar los dedos de área inyectada dejando que los tejidos de la piel regresen a su posición natural
- Hacer presión y no masajear en el área inyectada con una torunda de algodón por unos 30 segundos
- Revisar el sitio de punción 15 y 30 minutos después de la inyección para detectar complicaciones
- Analizar la medicación administrada en la hoja del control de medicamentos.

### © Riesgos RELACIONADAS CON EL PROCEDIMIENTO DE LA TÉCNICA EN Z

- Dolor
- Aplicación de técnica incorrecta
- Infección local
- Omisión de correctas



## \* IAAS

laaS es un servicio de Cloud Computing a través del cual las empresas alquilan servidores para obtener almacenamiento, memoria, redes y procesamiento por medio de terceros desde un servicio en la nube.

De esta manera, las compañías pueden crear un centro de datos local sin tener que invertir en una estructura física, disminuyendo los costos y teniendo una mayor eficiencia si se toma una buena decisión sobre el servidor contratado.

Los usuarios pueden ejecutar aplicaciones o sistemas operativos sin tener que ocuparse del mantenimiento ni de los costos operativos que conllevan; la organización solo debe pagar por el espacio que utilice.

La infraestructura como servicio es una de las opciones más empleadas por corporaciones, debido al costo y las ventajas que otorga, como su fácil ejecución y manejo.

## Cómo funciona laaS

laaS es una opción a través de la cual los clientes obtienen centros de datos, servidores, almacenamiento, redes y la capa de virtualización.

Ellos son quienes deciden cuántos recursos necesitan y los solicitan. Únicamente pagan por el espacio y los servicios que van a utilizar, siendo una opción mucho más económica que las estructuras propias.

El operador de laaS es quien se encarga de instalar, monitorear el funcionamiento y garantizar la seguridad del hardware todo el tiempo. Algunas de las obligaciones de quienes brindan este servicio son:

- Mantener, actualizar y montar la infraestructura en los centros de datos.
- Blindar el centro de datos contra factores externos para no sufrir errores.
- Brindar los recursos solicitados: RAM, almacenamiento, dirección IP, conexiones de red y otros.
- Crear un entorno de virtualización para que las empresas puedan acceder a los recursos contratados.
- Crear continuamente copias de seguridad y replicaciones para garantizar la protección y el respaldo de los datos.

Todo esto permite a los usuarios instalar softwares, sistemas operativos, implementar bases de datos, entre otras cosas.

Por su parte, las empresas que contratan una infraestructura como servicio se encargan de:

- Organizar y elegir la infraestructura virtual que desean.
- Instalar, configurar y actualizar los sistemas operativos y softwares que empleen de acuerdo con los objetivos que persigan.
- Administrar la red de laaS.
- Configurar el cortafuego.
- Proteger los programas instalados a través de sistemas de seguridad.
- Establecer y configurar métodos de autenticación para controlar el acceso.

## Cómo se compone laaS

La infraestructura como servicio está conformada por recursos físicos y virtualizados que brindan a las empresas y a los usuarios lo que necesitan para ejecutar aplicaciones o softwares en la nube. Los proveedores de laaS gestionan grandes centros de datos, de todo el mundo, que contienen las máquinas físicas necesarias para alimentar diferentes capas de abstracción sobre ellos y que son accesibles para los usuarios contratantes por medio de la web.

En gran parte de los modelos de laaS, los usuarios no interactúan de forma directa con la estructura física, sino que se les brinda como servicio.

## \* TÉCNICAS DE LAVADO DE MANOS

El lavado de manos frecuente y adecuado en la industria de los servicios alimentarios es el punto de partida para proteger contra la contaminación cruzada y mantener seguros a su personal y a sus clientes.

SU EQUIPO SIEMPRE DEBE LAVARSE LAS MANOS DESPUÉS:

- usar el baño
- Al salir y entrar a la cocina y en las áreas de preparación
- sacar la basura
- manipular soluciones de limpieza
- Comer, beber, fumar, mascar chicle o tabaco
- manipular carne de res, pollo o alimentos de origen marino crudos
- Tocar alguna parte de su cuerpo o vestimenta
- estornudar, toser o usar una toalla
- manipular dinero
- Quitarse los guantes y antes de ponérselos

Asegúrese de que sus estaciones de lavado de manos siempre tengan suficiente jabón y toallas de mano de papel. Utilice los recursos a continuación para obtener información tanto para usted como para su equipo y responda nuestro cuestionario de capacitación en nuestra Guía para la higiene personal y de manos para comprobar los conocimientos aprendidos.



## \* 5 MOMENTOS PARA LA HIGIENE Y LAVADO DE MANOS

### 1. ANTES DE TOCAR AL PACIENTE

A fin de impedir que los microorganismos relacionados con la atención sanitaria entren en el cuerpo del paciente la higiene de manos debe realizarse antes de tocar al paciente o entrar en la zona donde están. La zona del paciente incluye al paciente y su entorno inmediato como las superficies que toca y las superficies que suelen tocar los empleados. (tales como monitores, pomos y botones).

### 2. ANTES DE REALIZAR UNA TAREA LIMPIA/ASEPTICA

La higiene de manos es fundamental antes de realizar este tipo de procedimientos si queremos prevenir las infecciones relacionadas con la atención sanitaria. La higiene de manos debe llevarse a cabo entre la última exposición a una superficie inmediatamente antes de acceder a un sitio crítico que supongan un riesgo de infección para el paciente o un sitio crítico con riesgo de infección combinado.

### 3. DESPUES DEL RIESGO DE EXPOSICION A LIQUIDOS CORPORALES

Después de realizar una tarea que conlleve un riesgo de contacto de las manos con fluidos corporales la higiene de manos debe realizarse de inmediato y antes de que las manos toquen una nueva superficie incluso si no se abandona la zona del paciente esta acción reduce el riesgo de que bacterias dañinas entren o se transmitan por el cuerpo así como el riesgo de una limpieza en el mismo paciente.

Med

#### 4. DESPUES DE TOCAR AL PACIENTE

La higiene de manos es importante despues de tocar al paciente y antes de tocar un objeto fuera de su zona para minimizar el riesgo de propagacion en el entorno sanitario este acto tambien sirve para protegerse al reducir considerablemente la contaminacion de tus manos con la flora del paciente.

#### 5. DESPUES DEL CONTACTO CON EL ENTORNO DEL PACIENTE

El ultimo momento de la higiene de manos se produce cuando se toca una superficie en la zona del paciente y posteriormente se toca una superficie fuera de esta pero sin tocar al paciente. La higiene de manos es necesario en este caso dado que la exposicion a los objetos del pacientes incluso cuando no existe un contacto fisico con el paciente esta asociada a la contaminacion que se transmite mediante las manos.



## \* SIGNOS VITALES TÉCNICAS Y LOS PARÁMETROS

son mediciones de las funciones más básicas del cuerpo. Los cuatro signos vitales principales que los proveedores de atención médica evalúan con frecuencia son los siguientes:

- Temperatura corporal
- Pulso
- Frecuencia respiratoria
- Presión arterial

Los signos vitales ayudan a detectar o controlar problemas médicos. Se pueden medir en un entorno médico, en el hogar, en el lugar en que ocurrió la emergencia médica o en cualquier otro sitio.

### ¿Qué es la temperatura corporal?

La temperatura corporal normal de una persona varía dependiendo del género, la actividad reciente, el consumo de alimentos y líquidos, el momento del día y en las mujeres la etapa del ciclo menstrual. En un adulto sano, la temperatura corporal normal puede oscilar entre los 97.8 F (36.5 C) y los 99 F (37.2 C). La temperatura corporal se puede medir de cualquiera de las siguientes formas:

- Por vía oral: La temperatura se puede medir por la boca con un termómetro digital que utiliza una sonda electrónica.
- En el recto (vía rectal): cuando se mide por vía rectal, la temperatura suele ser entre 0.5 y 0.7 grados más alta que cuando se toma por vía oral. Esto se realiza más frecuentemente con bebés porque su cuerpo no regula la temperatura de la misma manera en que lo hace en el cuerpo de un niño más grande o un adulto.

Mead

- En la axila se puede medir debajo de la axila con un termómetro digital cuando se mide por esta vía la temperatura suele ser entre 0.3 y 0.4 grados más bajas que cuando se mide por vía oral.
- En el oído con un termómetro especial se puede medir rápidamente la temperatura del tímpano que refleja la temperatura del centro del cuerpo.
- En la piel con un termómetro especial se puede medir rápidamente la temperatura de la piel. De la frente algunos termómetros ni siquiera requieren contacto con la piel para medir la temperatura.

### TERMOMETROS DE VIDRIO CON MERCURIO

La exposición al mercurio puede ser tóxica y presenta una amenaza a la salud de una persona y al medio ambiente no utilice termómetros de vidrio con mercurio ya que se pueden romper si tiene una desecho correctamente y de acuerdo con las leyes locales estatales y federales comuníquese con el departamento de salud la autoridad encargada de eliminación de residuos o el departamento de bomberos local para obtener información acerca de como desechar correctamente los termómetros con mercurio.

### QUE ES LA FRECUENCIA DEL PULSO

- Ritmo cardíaco
- Fuerza del pulso

El pulso normal para un adulto saludable oscila entre los 60 y los 100 latidos por minutos la frecuencia del pulso puede variar y aumentar con el ejercicio, la enfermedad, una lesión y las emociones. En general las mujeres 12 años y más suelen tener una frecuencia cardíaca más rápida que los varones.



## COMO TOMARSE EL PULSO

A medida que el corazón fuerza el pulso de la sangre a través de las arterias puede sentir los latidos si presiona con firmeza las arterias que están cerca de la superficie de la piel en determinados puntos del cuerpo.

## PARA TOMARSE EL PULSO, HAGA LO SIGUIENTE:

- con la punta del dedo índice y mayor presión con firmeza las arterias hasta que sienta el pulso
- comience a contar el pulso cuando la segunda manecilla del reloj este en el número 12
- cuente el pulso durante 60 segundos multiplique la cantidad de latidos por 2 para obtener los latidos por minutos
- mientras este contando no mire continuamente el reloj concéntrese en los latidos del pulso
- si no tiene claro el resultado pídale a otra persona que cuente por usted si su proveedor de atención médica le pidió que se mida el pulso y no puede encontrarlo consulte al proveedor o a la persona enfermería para obtener instrucciones adicionales

## QUE ES LA PRESION ARTERIAL

La presión arterial es la fuerza que ejerce la sangre contra las paredes arteriales mientras el corazón se contrae y se relaja. cada vez que el corazón late bombea sangre a las arterias.

La Presión arterial se clasifica en normal elevada o presión arterial alta de etapa 1 a de etapa 2:

- La presión arterial normal es sistólica menor que 120 y diastólica menor que 80 (120/80)
- La presión arterial elevada es sistólica si es de 120 a 129 y diastólica si es menor que 80
- La presión arterial alta en etapa 1 es sistólica de 130 a superior o diastólica de 80 a superior