



# Mi Universidad

## SUPER NOTAS

*NOMBRE DE LA ALUMNA: Andrea Dominika Juarez Beltruy*

*NOMBRE DEL PROYECTO: Super notas*

*NOMBRE DE LA MATERIA: Fundamentos de enfermería*

*NOMBRE DEL PROFESOR: Alonso Velázquez Ramírez*

*NOMBRE DE LA LICENCIATURA: Enfermería*

*CUATRIMESTRE: Primer cuatrimestre*

*FECHA: 18/10/22*

# TERMORREGULACIÓN

1th CUATRIMESTRE

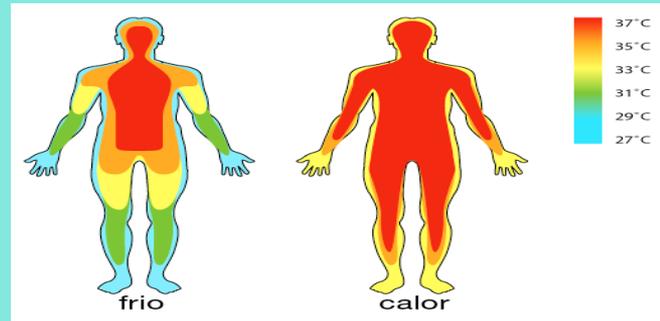
LIC. ENFERMERIA

ANDREA DOMINIKA JUAREZ BELTRUY



## LA TERMORREGULACIÓN

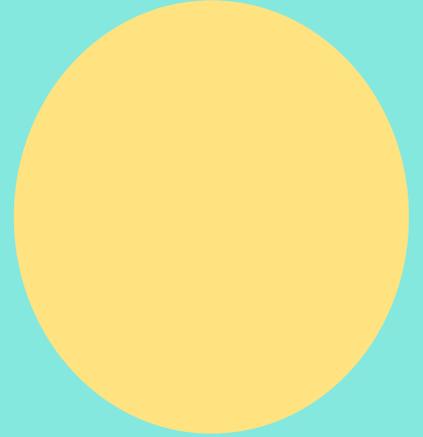
Un proceso cuya finalidad es el que el cuerpo mantenga una temperatura estable, aunque sea de forma limitada, hay la termorregulación comportamental y termorregulación autónoma.





# ¡INCREDIBLE!

El organismo puede detectar cambios de temperatura gracias a terminaciones nerviosas en el cerebro y cerca de la superficie de la piel llamadas termorreceptores. Como es un caso golpes de calor.



# MEJORAR LA TERMORREGULACION

- Aclimatarse, realizar un proceso de adaptación de temperatura.
- Hidratarse correctamente
- Descansar correctamente
- Refrescarse, para evitar golpes de calor
- Vestir adecuadamente, para evitar golpe de calor u hipotermia dependiendo en clima



# TIPOS DE TERMORREGULACION



## Termorregulación comportamental

Cuya finalidad consiste en mantener una temperatura adecuada de manera consciente y, se logra alterando la temperatura ambiental



## Termorregulación autónoma

Proceso mediante el cual, a través del sistema nervioso autónomo, mecanismos internos controlan la temperatura corporal de manera subconsciente y precisa.

# WHOA!

Ya que la función de la termorregulación es mantener y establecer la temperatura del cuerpo humano aquí el protagonismo lo tiene el sistema nervioso central y su control neuro hormonal en múltiples niveles.



## FALLAS

Quando la termorregulación falla afecta principalmente al sistema nervioso central, la toxicidad directa que el aumento de temperatura provoca en el cerebro y médula espinal, conduce rápidamente a muerte celular, edema cerebral e incluso hemorragia a nivel local. Como consecuencia, aparece hipertensión intracraneal y degeneración neuronal.

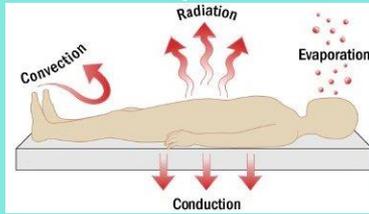




## Temperatura Corporal

Existen diferentes factores que la afectan, edad, variaciones de temperatura ambiental, las células del ser humano comienzan a morir. Si la temperatura sigue aumentando comenzaría la deshidratación hasta los 55 grados, que es la temperatura máxima que el ser humano puede soportar. A los 60°C sobreviviríamos solo diez minutos.

## FACTORES



CONDUCCIÓN



CONVECCIÓN



EVAPORACION

# DEFINICIÓN

## CONDUCCION

La conducción corresponde a la pérdida de calor corporal.

## CONVECCION

Es la transmisión de calor de un medio a otro gracias al desplazamiento del aire calentado.



## EVAPORACION

La evaporación aumenta la pérdida de calor de la superficie del cuerpo y es una estrategia termorreguladora crítica en temperatura.



# FACTORES NEGATIVOS

## LOS FACTORES QUE PERJUDICAN A LA TERMORREGULACION

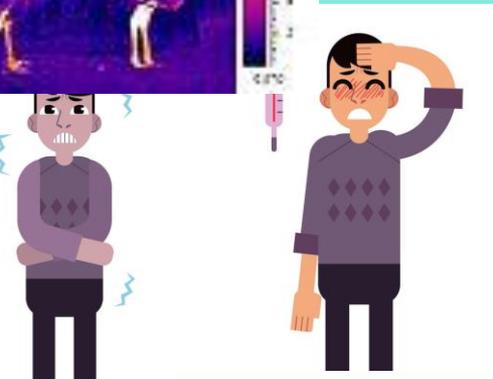
- El ejercicio físico y su intensidad.
- La duración del ejercicio.
- Las condiciones ambientales: la temperatura y la humedad.
- El vestuario.
- El volumen corporal.

## FACTORES INVOLUCRADOS

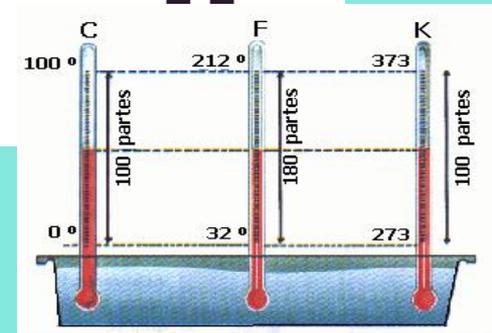
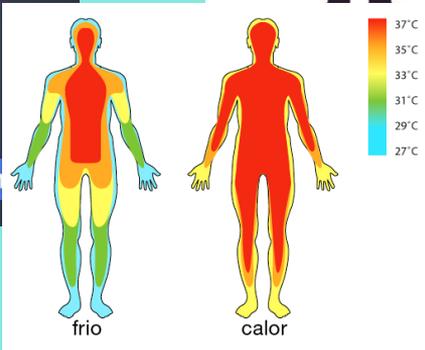
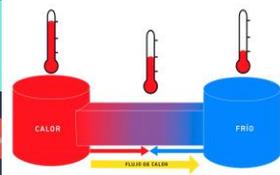
- Conducción
- Convección
- Evaporación



# COLLAGE



|               |            |
|---------------|------------|
| 41° ou plus   | Hip        |
| 39.6° - 41°   | Febre alta |
| 37.6° - 39.5° | Febre      |
| 36° - 37.5°   | Normal     |
| 35° ou moins  | Hipoterm   |



# REFERENCIAS +

**Factores:** Autor: anónimo Fecha: 18/10/22

Link: <https://revistas.unab.edu.co/index.php/medunab/article/view/3714/3219>

**Imágenes:** Autor: anónimo Fecha: 18/10/22

[https://nuxak.es/blog/LA%20TERMORREGULACI%C3%93N/https://www.google.com/imgres?imgurl=http%3A%2F%2Fwww.drurdampilleta.com%2Fimagenes%2FTERMOREG2.jpg&imgrefurl=http%3A%2F%2Fwww.drurdampilleta.com%2Findex.php%2Fblog%2F237-termorregulacion-er-el-deporte-aspectos-fisiologicos-y-nutricionales&tbnid=0w0ICJ6m85KaMM&vet=12ahUKEwjxOqZnur6AhWy8lMKHYSuDcMQMygAegUIARCZAQ..i&docid=5mg5oCOD7q0T5M&w=720&h=405&q=factores%20que%20INVOLUCRAN%20A%20a%20la%20termorregulacion&ved=2ahUKEwjxOqZnur6AhWy8lMKHYSuDcMQMygAegUIARCZAQps://www.google.com/search?q=termometros&tbm=isch&ved=2ahUKEwj1s pran-r6AhXVYcKdHaclDdgQ2-cCegQIABAA&oq=termometros&gs\\_lcp=CgNpbWcQAZlICAAQgAQQsQMMyBQgAEIAEMgUIABCABDIFCAAQgAQyBQgAEIAEMhttps://www.google.com/search?q=collage+de+teermotetros&tbm=isch&ved=2ahUKEWjzYmuoOr6AhUeQkIHhakvDkUJQ2cCegQIABAA&oq=collage+de+teermotetros&gs\\_lcp=CgNpbWcQAZoHCAAQsQMqQzoKCAAQsQMqQwEQQzoECAAAQzoFCAAQgAQ6CAGAEIAEELEDOgsIABCABBCxAXCDAToICAAQsQMqQwFQgAVYrzghnztAXAAeAGAAa4CiAGiGZIBCDAAuMTguMS4xmAEAoAEBqgELZ3dzLXdpei1pbWfAAQE&sclient=img&ei=kNtOYnFAZ6EieoPqd4qAQ&bih=714&biw=1519&rlz=1C1PRFIenMX1027MX1027&hl=es-419](https://nuxak.es/blog/LA%20TERMORREGULACI%C3%93N/https://www.google.com/imgres?imgurl=http%3A%2F%2Fwww.drurdampilleta.com%2Fimagenes%2FTERMOREG2.jpg&imgrefurl=http%3A%2F%2Fwww.drurdampilleta.com%2Findex.php%2Fblog%2F237-termorregulacion-er-el-deporte-aspectos-fisiologicos-y-nutricionales&tbnid=0w0ICJ6m85KaMM&vet=12ahUKEwjxOqZnur6AhWy8lMKHYSuDcMQMygAegUIARCZAQ..i&docid=5mg5oCOD7q0T5M&w=720&h=405&q=factores%20que%20INVOLUCRAN%20A%20a%20la%20termorregulacion&ved=2ahUKEwjxOqZnur6AhWy8lMKHYSuDcMQMygAegUIARCZAQps://www.google.com/search?q=termometros&tbm=isch&ved=2ahUKEwj1s pran-r6AhXVYcKdHaclDdgQ2-cCegQIABAA&oq=termometros&gs_lcp=CgNpbWcQAZlICAAQgAQQsQMMyBQgAEIAEMgUIABCABDIFCAAQgAQyBQgAEIAEMhttps://www.google.com/search?q=collage+de+teermotetros&tbm=isch&ved=2ahUKEWjzYmuoOr6AhUeQkIHhakvDkUJQ2cCegQIABAA&oq=collage+de+teermotetros&gs_lcp=CgNpbWcQAZoHCAAQsQMqQzoKCAAQsQMqQwEQQzoECAAAQzoFCAAQgAQ6CAGAEIAEELEDOgsIABCABBCxAXCDAToICAAQsQMqQwFQgAVYrzghnztAXAAeAGAAa4CiAGiGZIBCDAAuMTguMS4xmAEAoAEBqgELZ3dzLXdpei1pbWfAAQE&sclient=img&ei=kNtOYnFAZ6EieoPqd4qAQ&bih=714&biw=1519&rlz=1C1PRFIenMX1027MX1027&hl=es-419)

