

SIGNOS VITALES

Temas	Definición	Medición
Pulso	Es el número de veces que el corazón late durante cierto periodo, por lo general un minuto. El pulso normal para un adulto saludable oscila entre los 60 y los 100 latidos por minuto.	Coloque las puntas de los dedos índice y medio en la parte interna de la muñeca por debajo de la base del pulgar. Presione ligeramente. Usted sentirá la sangre pulsando durante un minuto.
Presión Arterial	Presión que ejerce la sangre al circular por los vasos sanguíneos. Una presión arterial normal es cuando la presión arterial es menor a 120/80 mm Hg la mayoría de las veces.	se llena de aire un brazaletes, que aprieta la arteria de la parte superior del brazo, de modo que al dejar escapar el aire del brazaletes, un indicador (instrumento para medir) registra la medida de la presión arterial.
Temperatura	La temperatura corporal es una medida de la capacidad del organismo de generar y eliminar calor. La temperatura corporal normal oscila entre 36.5°C y 37°C	Se puede colocar el bulbo del termómetro en la boca, el recto o la axila.
Frecuencia Respiratoria	La frecuencia respiratoria es el número de respiraciones que realiza un ser vivo en un periodo específico. La frecuencia respiratoria normal para una persona adulta es de entre 12 y 20 respiraciones por minuto.	Lo mejor es medir la frecuencia respiratoria cuando estás sentado en una silla o en la cama. Mide tu frecuencia respiratoria contando el número de veces en que el pecho, o el abdomen, se levanta durante un minuto. Registra este número