

**Nombre del Alumno:** Uniber de Jesús  
Mazariegos Martínez

**Nombre del docente:** Josue Alejandro  
Roblero Díaz

**Nombre del trabajo:** Mapa mental Signos  
Vitales

PASIÓN POR EDUCAR

**Nombre de la materia:** Salud Publica

**Grado:** 3

**Grupo:** B

# SIGNOS VITALES

## PRESIÓN ARTERIAL

La presión arterial es la fuerza de la sangre al empujar contra las paredes de las arterias. Se mide como dos números: la presión sistólica (cuando el corazón late) y la presión diastólica (cuando el corazón está en reposo). Una presión arterial normal es de menos de 120/80 mm Hg.



## FRECUENCIA RESPIRATORIA

La frecuencia respiratoria también se conoce como el ritmo respiratorio. Es el número de veces que respiras por minuto. Puedes medir tu frecuencia respiratoria si cuentas el número de respiraciones durante un minuto cuando estás quieto. Frecuencia respiratoria normal: de 12 a 18 respiraciones por minuto.



## FRECUENCIA CARDÍACA

El pulso hace referencia a la frecuencia cardíaca. Se trata de la cantidad de veces que el corazón late en un minuto. Valores normales. Pulso: 60 a 100 latidos por minuto.



## OXIGENACIÓN

La oxigenación es un proceso fundamental en el ámbito de la Medicina que se refiere a la incorporación de oxígeno en los tejidos corporales, esencial para el metabolismo celular y la supervivencia de los organismos. Un nivel de saturación de oxígeno normal oscila entre el 95% y el 100%.



## TEMPERATURA CORPORAL

La temperatura es el grado de calor mantenido en el cuerpo por equilibrio entre la termogénesis y termólisis. Valores normales: 36.1°C hasta los 37.2°C



# BIBLIOGRAFÍA

- **National Library of Medicine. (s.f.). MedlinePlus: Información de salud para usted.**  
<https://medlineplus.gov/spanish>
- **Mayo Foundation for Medical Education and Research. (s.f.). Mayo Clinic.**  
<https://www.mayoclinic.org/es>