

Redclase



# CURSO PRIMEROS AUXILIOS



## TALLER PRÁCTICO II

## Talleres Prácticos

### Taller 2: Control Signos Vitales

#### Definición:

Signos vitales son señales que nos permiten evaluar el estado hemodinámico y metabólico de un individuo. La interpretación de estas manifestaciones nos permiten determinar el grado de alteración del equilibrio vital:

- Funcionamiento cardiovascular
- Frecuencia cardíaca (pulso)
- Presión o tensión arterial
- Temperatura corporal
- Frecuencia respiratoria

#### Frecuencia Cardíaca

- Es la contabilización del número de contracciones cardíacas en unidad de tiempo (un minuto).
- Se controla en arterias distales la onda pulsátil, o directamente sobre el corazón.

#### ¿Qué observar?

- Número de pulsaciones en un minuto.
- Ritmo irregular
- Fuerza, intensa o suave

#### ¿Dónde controlar?

- Sobre el corazón, entre el apéndice xifoides del esternón y pezón mamario izquierdo.
- En arterias: Carótida, Humeral, Radial, Inguinal, Poplíteas, Pedia, etc.

## Técnica:

- a) Presionar con dedos índice, medio y anular sobre la arteria escogida contra el hueso.
- b) Contar el número de pulsos en un minuto sin dejar de mirar el segundero de su reloj.
  - Si los pulsos son  $> 100 \text{ x'}$  = Taquicardia (arritmia)
  - Si los pulsos son  $< 50 \text{ x'}$  = Bradicardia
  - Si los pulsos son irregulares = Arritmias arrítmicas

## Procedimiento:

- Recueste al paciente luego de 5' controle el pulso, registre el dato.
- Pídale al paciente que salte o corra durante 2', controle pulso. Registre el dato. Dígale que repose 5', controle y registre.
- Pídale que respire profundamente y rápido durante 1'. Controle y registre.

**NOTA:** En sus anotaciones debe registrar además frecuencia, tensión, ritmo u otra observación.

## Tensión o Presión Arterial

Es la fuerza que ejerce la sangre contra las paredes de las arterias al circular.

Presión Sistólica: Es la presión arterial en el punto culminante de la pulsación en sístole cardíaco.

Presión Diastólica: Es la presión correspondiente al punto más bajo de la pulsación corresponde al momento del diástole ventricular.

¿Qué observar?: Valores de presión sistólica y diastólica.

¿Dónde Controlar?: En arteria humeral o femoral.

## Técnica:

- Coloque al paciente en posición cómoda por 5'
- Cubre el tercio medio del brazo con manguito desinflado (a 3 través de dedos sobre el pliegue del codo).
- Colóquese el fonendoscopio y ausculte arteria braquial.
- Infle el manguito con pera de goma hasta alcanzar 200 mmHg aproximadamente.
- Comience a desinflar atentamente. Retenga el valor que marca la columna de mercurio cuando aparece la primera pulsación.
- Siga desinflando lentamente. Retenga el valor que marca la columna de mercurio cuando deja de sentir las pulsaciones o cuando el sonido se torna bruscamente apagado.

## Temperatura Corporal

La producción de calor del organismo depende de la actividad metabólica celular, de la actividad muscular y glándulas sudoríparas.

La temperatura refleja el equilibrio entre el calor producido y el calor perdido por el cuerpo. Suele variar en el transcurso del día siendo ligeramente más alta en la tarde.

La actividad de cada individuo puede provocar cierta diferencia.

La edad también suele afectar la temperatura siendo algo superior en lactantes y senescentes.

Las emociones también pueden modificar el metabolismo basal.

Por supuesto, enfermedades alterarán elevando la temperatura apareciendo el concepto de fiebre e hipotermia.

Se considera temperatura elevada sobre el promedio de normal del cuerpo 37,5° Celsius como promedio.

**Fiebre:** Temperatura elevada sobre el promedio de normalidad en más de 1 grado C (38,5°C o más).

**Hipotermia:** Temperatura corporal bajo 35,0°C.

La temperatura se mide con un termómetro clínico, que es un tubo al vacío con mercurio(Hg) almacenado en un bulbo en un extremo, el que al dilatarse por el calor sube por el tubo graduado. Se mide habitualmente en “grados Celsius” o “Centígrados” aunque aún quedan en nuestro medio termómetros en grados Fahrenheit.

### **Técnica:**

- a) Coloque al paciente en reposo.
- b) Baje con movimientos de sacudida, la barra de mercurio, tomando el termómetro de su parte posterior.
- c) Limpie el termómetro.
- d) Colóquelo en el sitio escogido de modo que el bulbo quede totalmente cubierto, sin contacto con el aire ambiental; espere 8 minutos.
- e) Lea el valor alcanzado y registre estas cifras.

### **Frecuencia Respiratoria**

Nuestro organismo posee reservas de la mayoría de los nutrientes, excepto de oxígeno el que es imprescindible incorporarlo constantemente a través de la ventilación pulmonar, ya que además es imprescindible permanentemente.

Respiración es el proceso mediante el cual se logra llevar oxígeno de la atmósfera hasta la célula, por ello es que si no hay ventilación apropiada no hay respiración celular sobreviniendo la muerte. Entonces, es vital evaluar la respiración en todo accidentado que tenga compromiso de conciencia y/o de la respiración.

Para evaluar la respiración y sus características

- Debemos contar el número de veces que se ventilan los pulmones en un minuto

- Si es superficial o no.
- Si es ruidosa o no.
- Si hay cuerpos extraños o secreciones obstruyendo parcialmente vías aéreas.
- Si es rítmica o no lo que nos podría indicar si hay daño a nivel cerebral.

### ¿Qué observar?:

- Eupnea. : Respiración con características absolutamente normales; 18 respiraciones por minuto en promedio.
- Polipnea : Aumento de la frecuencia.
- Disnea : Dificultad para respirar.
- Taquipnea : Respiración rápida (> 20 por minuto)
- Bradipnea : Respiración lenta (< 10 por minuto)
- Apnea : Paro respiratorio de duración variable hasta cese definitivo de la respiración, en forma mantenida.

### Técnica:

- Con el reloj en la mano. Al llegar el segundero a punto cero (hora 12), cuente el número de veces que inspira en un minuto completo o el número de veces que respira en un minuto.
- Registre la frecuencia ritmo profundidad, ruidos, movimientos de altas nasales, hundimiento del tórax a nivel supra esternal o intercostal y movimientos abdominales en la respiración.
- Para medir cuenta movimientos respiratorios mirando o poniendo su mano sobre tórax o abdomen y así percibir los movimientos de esta ventilación.

### Procedimiento:

- Pida al paciente que se siente a leer durante 5', controle, registre.
- Pida al paciente que corra durante 2 ó 3 minutos. Controle F.R., registre. Pida al paciente que se encucille y apoye el mentón al pecho.
- Controle y registre, observe el tipo de respiración y dificultad que tenga.