ACTA N°

FECHA: Bogotá, 26-08-2022

HORA: 2:00 pm 2:30 pm

LUGAR: Centro de cuidado transitorio Antonia santos

TEMA: Protocolo toma de signos vitales

ASISTENTES: Mirar listado anexo

ORDEN DEL DÍA:

1. Saludo y bienvenida.
2. Socialización de los protocolos de toma de signos vitales con talento humano

DESARROLLO:

1. Se realiza saludo y bienvenida al talento humano el cual se ubica en comedor en donde se socializa los protocolos de toma de signos vitales.

Escaneado con CamScanner

2. Toma de signos vitales

Signos vitales (temperatura corporal, pulso, frecuencia respiratoria, presión arterial)

¿Qué son los signos vitales?

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 (respiración)
- 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 el cuerpo de un niño más grande o un adulto.
- **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 baja 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 (de los órganos internos).
- **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.

Escaneado con CamScanner

- **Internamente.** Este método es frecuente para personas que tienen enfermedades graves y están en una unidad de cuidados intensivos. La temperatura se puede medir con sondas colocadas en el esófago, el corazón o la vejiga.

La temperatura corporal puede ser anormal si tiene fiebre (temperatura alta) o hipotermia (temperatura baja). De acuerdo a la Academia Estadounidense de Médicos de Familia se considera que una persona tiene fiebre cuando la temperatura corporal se eleva aproximadamente 1 grado o más de la temperatura normal de 98.6 °F (37 °C). La hipotermia es el descenso de la temperatura corporal por debajo de los 95 °F (35 °C).

Termómetros 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 uno, deséchelo correctamente y de acuerdo con las leyes locales, estatales y federales. Comuníquese con el departamento de salud, la autoridad encargada de la eliminación de residuos o el departamento de bomberos local para obtener información acerca de cómo desechar correctamente los termómetros con mercurio.

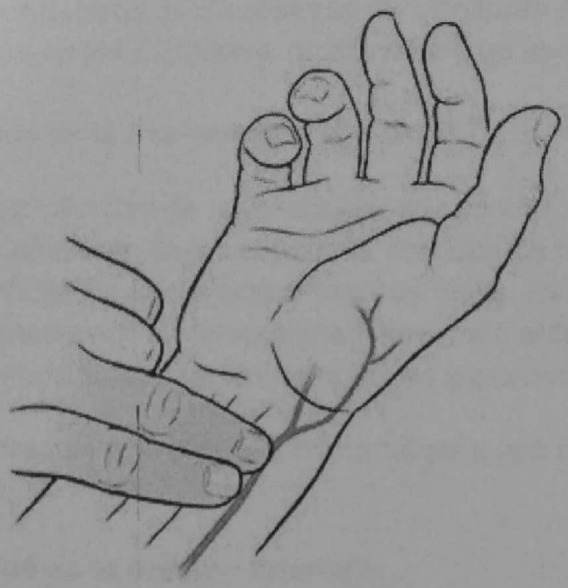
¿Qué es la frecuencia del pulso?

Es la medición de la frecuencia cardíaca. Es la cantidad de veces que el corazón late por minuto. A medida que el corazón bombea la sangre a través de las arterias, estas se expanden y se contraen con el flujo de sangre. Al tomarse el pulso no solo se mide la frecuencia cardíaca. También puede indicar lo siguiente:

- Ritmo cardíaco
- Fuerza del pulso

El pulso normal para un adulto saludable oscila entre los 60 y los 100 latidos por minuto. La frecuencia del pulso puede variar y aumentar con el ejercicio, una enfermedad, una lesión y las emociones. En general, las mujeres de 12 años y más suelen tener una frecuencia cardíaca más rápida que los varones. Algunos atletas, como los corredores (que hacen grandes cantidades de actividades de entrenamiento cardiovascular), pueden tener una frecuencia cardíaca de casi 40 latidos por minuto sin sufrir ningún problema.

Escaneado con CamScanner



Cómo tomarse el pulso

A medida que el corazón fuerza el paso 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. Puede encontrarse el pulso al costado del cuello, en la cara interna del codo, en la muñeca o en la ingle. Para la mayoría de las personas, es más fácil tomarlo en la muñeca. Si lo hace en la parte inferior del cuello, asegúrese de no presionar demasiado. Nunca presione el pulso a ambos lados de la parte inferior del cuello al mismo tiempo. Esto puede bloquear la circulación de sangre hacia el cerebro.

Para tomarse el pulso, haga lo siguiente:

- Con la punta del dedo índice y mayor, presione con firmeza (pero sin hacer fuerza) las arterias hasta que sienta el pulso.
- Comience a contar el pulso cuando la segunda manecilla del reloj esté en el número 12.
- Cuente el pulso durante 60 segundos (o durante 30 segundos y multiplique la cantidad de latidos por 2 para obtener los latidos por minuto).
- Mientras esté 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 al personal de enfermería para obtener instrucciones adicionales. Hay

Escaneado con CamScanner

muchos tipos de dispositivos de monitoreo que lo pueden ayudar a tomarse el pulso. Estos incluyen los medidores de actividad que ayudan a controlar la frecuencia del pulso.

¿Qué es la frecuencia respiratoria?

Es la cantidad de respiraciones por minuto. Generalmente, se mide al estar en reposo. Simplemente implica contar la cantidad de respiraciones durante un minuto contando la cantidad de veces que el tórax se eleva. Es posible que la frecuencia respiratoria aumente cuando hace ejercicio, tiene fiebre, está enfermo o tiene otras afecciones médicas. Cuando controle la respiración, también es importante prestar atención a si tiene dificultad para respirar.

La frecuencia respiratoria normal para una persona adulta es de entre 12 y 20 respiraciones por minuto.

¿Qué es la presión 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 mayor presión arterial se produce cuando el corazón se contrae. Cuando el corazón se relaja, la presión arterial disminuye.

Cuando se mide la presión arterial, se registran dos números. El número más alto se denomina presión sistólica. Se refiere a la presión dentro de la arteria cuando el corazón se contrae y bombea sangre a todo el cuerpo. El número más bajo se denomina presión diastólica. Hace referencia a la presión dentro de la arteria cuando el corazón está en reposo y se llena de sangre. Ambos números se registran en mm Hg (milímetros de mercurio).

La presión arterial alta aumenta directamente el riesgo de tener un ataque al corazón, insuficiencia cardíaca y un ataque o derrame cerebral. Con la presión arterial alta, es posible que las arterias opongan mayor resistencia contra la circulación de la sangre. Esto provoca que el corazón se esfuerce más para hacer circular la sangre.

La presión arterial se clasifica en normal, elevada, o presión arterial alta de etapa 1 o 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.

Escaneado con CamScanner

- La presión arterial alta en **etapa 1** es sistólica entre 130 y 139 **o** diastólica entre 80 y 89.
- La presión arterial alta de **etapa 2** es sistólica de 140 o superior **o** diastólica de 90 o superior.

Estos números se deben utilizar únicamente a modo de guía. Una única medición de la presión arterial que es más alta de lo normal no necesariamente significa que hay un problema. Su proveedor de atención médica querrá revisar varias mediciones de la presión arterial tomadas a lo largo de varios días o varias semanas antes de diagnosticar presión arterial alta y dar comienzo de un tratamiento. Pregunte a su proveedor cuándo debe comunicarse si las lecturas de la presión arterial no están dentro de los valores normales.

¿Por qué debo controlarme la presión arterial en casa?

Para las personas con presión arterial alta, el control en el hogar le permite al proveedor de atención médica monitorear la alteración de la presión arterial durante el día, y de un día a otro. Es posible que esto también ayude a su proveedor a determinar la eficacia de su medicamento para la presión arterial.

¿Necesito algún equipo especial para medirme la presión arterial?

Puede usar un tensiómetro aneroide, que tiene un reloj medidor y se lee mirando la aguja. También puede usar un tensiómetro digital, en el cual la medición de la presión arterial aparece en una pantalla pequeña. Cualquiera sea el dispositivo que use, asegúrese de que la banda se ajuste a su brazo. Si la banda es muy grande o muy pequeña, es posible que no realice una lectura exacta.

No se tome la presión arterial en un brazo o una pierna que se haya lesionado gravemente, que se haya sometido a una cirugía en los vasos sanguíneos o que tenga una lesión en el tejido.

Antes de tomarse la presión arterial

La Asociación Cardiológica Estadounidense recomienda las siguientes pautas al controlar la presión arterial en el hogar:

- No fume, consuma bebidas con cafeína ni haga ejercicio por 30 minutos antes de medirse la presión arterial.
- Vaya al baño antes de hacer la prueba.
- Relájese durante 5 minutos antes de tomarse la presión.
- Siéntese con la espalda apoyada (no se siente en un sillón o silla mullida). Mantenga los pies en el suelo sin cruzarlos. El brazo debe estar apoyado en una superficie sólida

Escaneado con CamScanner

plana (como una mesa) con la parte superior del brazo al nivel del corazón. Coloque la mitad del manguito directamente en la parte interior del codo. Revise el manual de instrucciones del tensiómetro para tener una referencia visual.

- Tómese varias veces la presión a fin de obtener varias lecturas. Cada vez que se tome la presión, obtenga 2 o 3 lecturas con un minuto de diferencia y registre todos los resultados.
- Mida su presión arterial a la misma hora todos los días o según le recomiende su proveedor de atención médica.
- Registre la fecha, la hora y la lectura de la presión arterial.
- Lleve el registro a su próxima cita médica. Si su tensiómetro posee una memoria interna, solo lleve el dispositivo a su próxima cita médica.
- Llame al proveedor si tiene varias lecturas altas. No se asuste si tiene una lectura alta, pero si tiene varias lecturas altas, consulte con su proveedor de atención médica.
- Si la presión arterial alcanza un valor sistólico (número superior) de 180 o más alto O BIEN un valor diastólico (número inferior) de 110 o más alto, busque tratamiento médico de emergencia.

Escaneado con CamScanner

HOGARES SI A LA VIDA

REGISTRO FOTOGRAFICO

FECHA:	NOMBRE DE LA ACTIVIDAD O ENCUENTRO:	RESPONSABLE:
26/08/2022	PROTOCOLOS TOMA DE SIGNOS VITALES TALENTO HUMANO	Alba barrera









Escaneado con CamScanner

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA	Código: FOR-GD-023 Versión: 0 Fecha: Memo I2020035152 – 17/12/2020 Página: 1 de 2

Tema: Protocolo de toma de signos vitales Lugar: CCT Antonia Santos Fecha y hora: 26/08/2021 2:30 pm

Ítem	Nombres y Apellidos	Documento de identidad	Entidad o Dependencia	Rol / Cargo	Correo electrónico	Teléfono y Ext. / Celular	Firma
1	Yesenia Rubio Leon	52 466 849	CCT Antonia Santos	Trabajadora Social	yrubio@unimorse vales.edu.co	3114580060	
2	Yohanna Sanchez	[illegible]	C.C.T Antonia Santos	Educadora Infantil	—		
3	Martha Salcedo	52830332	CCT Antonia santos	Aux cocina	—	3208963569	
4	Mauricio Rivera	52837758	CCT Antonia Santos	Aux cocina	—	3204164321	
5	Rozana Falcón	1161161674	CCT Antonia Santos	Servicio generales	—	3042656853	
6	Franco Fajardo	1022941716	CCT Antonia santos	Seguridad		3143082942	Franco Fajardo
7	Natalia Parada Mora	53015370	C.C.T. Antonia Santos	Acompañante Lúdica	skatlovplastic@gmail.com	3105508503	
8	Alba Barrera	1032432580	CCT Antonia Santos	Aux Enfermera	—	3007726163	
9	Miriam Rodriguez	46366490	C-C-T Antonia Santos	Técnico Esfisica	—	3103461415	
10.	Maria Carolina Ospina	53.077.306	C.C.T. Antonia Santos	Facilitadora	—	3014294527	

Tratamiento de datos personales: Los datos personales aquí consignados tienen carácter confidencial, razón por la cual es un deber y un compromiso de los asistentes y de la SDIS no divulgar información alguna en propósito diferente a la de este registro so pena de las sanciones legales a que haya lugar de acuerdo con la Ley 1581 de 2012 y Decreto 1377 de 2013.

Escaneado con CamScanner