



Signos vitales



Descripción general

Estas son mediciones de su temperatura corporal y del funcionamiento de su corazón y sus pulmones. La comprobación de sus signos vitales nos ayuda a obtener una instantánea de su estado de salud actual. Nos permite saber si su cuerpo está funcionando como debe, o si algo va mal. Veamos los principales signos vitales que controlamos.

Temperatura corporal

Su temperatura corporal nos da una buena idea de su estado de salud general. En los adultos, la temperatura corporal normal oscila entre 97,8 y 99 grados Fahrenheit. Es decir, entre 36,5 y 37,2 grados centígrados. Si su temperatura corporal es demasiado alta, significa que tiene fiebre. Eso puede ser un indicador de infección. Si es demasiado baja, puede tratarse de hipotermia.

Pulso

La frecuencia cardíaca (o pulso) nos muestra cómo está funcionando su corazón. En general, una frecuencia cardíaca normal para un adulto en reposo es de 60 a 100 latidos por minuto. Si su frecuencia cardíaca es rápida o muy lenta, o si su pulso es débil, puede estar presentando un problema médico.

Frecuencia respiratoria

También observamos su frecuencia respiratoria. Ese es el número de respiraciones que usted realiza en un minuto. Un adulto sano tiene una frecuencia de entre 12 y 16 respiraciones por minuto. Enfermedades como el asma, la neumonía y la insuficiencia cardíaca congestiva, pueden afectar este ritmo.

Presión arterial

Y, por último, le tomaremos la presión arterial. Ésta nos indica la presión que ejerce la sangre sobre los vasos sanguíneos durante el latido del corazón y entre un latido y otro. Una presión arterial demasiado alta lo pone en riesgo de sufrir un accidente cerebrovascular. Una presión arterial demasiado baja puede causar problemas como mareos y desmayos.

Conclusión

Para obtener más información sobre los signos vitales y lo que significan para su salud, hable con su médico.