1. Cita las alteraciones de la salud que podrían aparecer en una persona con IMC > 28

* HTA
* DM II
* ACV
* Hiperlipemia/dislipemia
* -Osteoartritis/artritis
* Cáncer mama endometrio colon
* Apnea del sueño
* Síndrome de picwic
* colelihasis
* Síndrome metabolico/síndrome x

1. Diferencias en el pulso, la TA, la temperatura y la frecuencia respiratoria en relación a la edad

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| EDAD | BEBES | NIÑOS | ADULTOS | ANCIANOS |
| PULSO | - Recién nacidos: 120-180 ppm  - Lactantes: 110-130 ppm | 80-100 ppm | 60-80 ppm | <60 ppm |
| TA | Tensión más baja que en adultos | | -Sistólica: 120-140 mm de Hg  -Diastólica: 60-90 mm de Hg | Tensión más alta que en adultos |
| TEMPERATURA | 36,4ºC-36,8ºC  Problemas en la regulación | 36,4ºC-36,8ºC | 36,4ºC-36,8ºC | 36,4ºC-36,8ºC  Problemas en la regulación |
| FRECUENCIA RESPIRATORIA | Frecuencia respiratoria más alta que en adultos | | 12-28 rpm | Frecuencia respiratoria más baja que en adultos |

1. ¿Cómo serían las constantes vitales de una persona que sufre una crisis de ansiedad?
   * Pulso: ++
   * TA: variable
   * Temperatura: =
   * Frecuencia respiratoria: +++
2. Define los siguientes términos:

* Taquipnea: RMM MÁS ALTA de lo normal
* Bradicardia: FC por debajo de lo normal
* Hipotermia: Tª por debajo de 36ºC
* Apnea:
* Arritmia: alteración del ritmo cardiaco

1. Indica como serían las constantes vitales de una persona en las siguientes situaciones:

* un recién nacido:
  + Pulso: 120-180 ppm
  + TA: 70-50/45-25 mm Hg
  + Temperatura: =
  + Frecuencia respiratoria: 40-60
* un anciano sano:
  + Pulso: 55-70 ppm
  + TA: 130-140/70-90 mm Hg
  + Temperatura: =
  + Frecuencia respiratoria: 10-18 rpm
* una persona no entrenada que hace ejercicio físico:
  + Pulso: ++
  + TA: +
  + Temperatura: =+
  + Frecuencia respiratoria: ++
* lo mismo pero sí entrenada:
  + Pulso: +
  + TA: =+
  + Temperatura: =+
  + Frecuencia respiratoria: +
* Un adulto que sufre una infección/neumonía:
  + Pulso: +
  + TA: -
  + Temperatura: ++
  + Frecuencia respiratoria: +
* Un adulto durante el sueño:
  + Pulso: -
  + TA: -
  + Temperatura: =-
  + Frecuencia respiratoria: -

1. ¿Qué consejo de salud le darías
   * a una persona a la que al tomarle la TA en la OF le diera unas cifras de 180/95 mm de Hg?

Preguntar si ya tenía hipertensión, si toma medicación

Lo mejor sería derivar al medico, porque es una tensión muy alta

* + a otra con un pulso de 115 ppm en reposo?

Si el pulso se ha tomado con la persona tranquila es un pulso muy alto y esa medida se repite pasado un tiempo y si sigue dando alta se debería derivar al medico

1. Juan Carlos tiene 40 años, pesa 89 Kg y mide 178 cm, su perímetro de cintura es de 92 cm. En reposo tiene una TA diastólica de 95 mm de Hg y una TA sistólica de 138 mm de Hg. Su pulso en reposo es de 82 ppm. Su frecuencia respiratoria es de 18 respiraciones por minuto y su temperatura actual de 36,8ºC.

IMC: 31.684

* + Valora su estado ponderal y sus constantes vitales, indicando si hay alguna anormalidad ( y si es así, indica como se denomina).
    - Sobrepeso
  + Señala los factores de riesgo que presenta para la salud, indicando las enfermedades que con más riesgo podría padecer
    - Sobrepeso
    - TA alta
    - Edad >40
    - Índice cintura estatura levemente alto >0,5
    - Arterio esclerosis
    - DM II
    - Cardiopatia isquemica
    - Hipercolesterolemia
  + ¿Qué consejos de salud le darías desde la OF?
    - Control de la tensión
    - Consultar al medico en la próxima consulta, sin urgencia