

# Parametri vitali

I principali parametri vitali sono:

- frequenza respiratoria
- frequenza cardiaca
- pressione arteriosa
- temperatura corporea

## Frequenza respiratoria

Atti respiratori in un minuto (ATT/MIN). Un atto equivale ad un ciclo completo (ispirazione ed espirazione). Si rileva in due modi:

- metodo visivo (osservazione del torace)
- mano sul torace (espansione del torace)

La frequenza respiratoria in un soggetto adulto sano è di 16-20 atti respiratori al minuto.

- eupnoico: 16-20 atti
- bradipnea: 10-12 atti
- tachipnea: più di 20 atti

L'ossigeno nel sangue viene misurato tramite l'ossimetro/saturimetro. Evidenzia la percentuale di ossigeno presente nel sangue (SPO<sub>2</sub>). I valori normali nei soggetti adulti sani sono 95-100%. Valori più bassi indicano ipossia.

- ipossia lieve: 91-94%
- ipossia moderata: 86-90%
- ipossia grave: inferiore a 86%

## Frequenza cardiaca

Battiti cardiaci nell'arco di un minuto. Il valore normale in un soggetto adulto sano a riposo è tra 60 e 100 (BAT/MIN).

## Pressione arteriosa

Forza esercitata dal sangue contro le pareti elastiche dei vasi arteriosi.

- sistolica: è la pressione che si crea nelle arterie nel momento in cui il sangue viene espulso dal cuore
- diastolica: è la pressione presente nel circolo arterioso durante la fase di rilassamento del cuore

*nota: la parte destra del cuore manda il sangue nei polmoni per prelevare ossigeno, la parte sinistra lo manda in tutto il corpo.*

I valori ritenuti normali sono: 100-140/70-90 mmHg (millimetri di mercurio).

Per **ipertensione** si intende un valore pretorio superiore a 150 per la massima e 100 per la minima.

Per **ipotensione** si intende un valore pretorio inferiore a 100 per la massima.

*nota: la differenza tra pressione massima e minima è chiamata differenziale. Il suo valore deve essere intorno ai 40 mmHg.*

## Temperatura corporea

È il grado di calore del corpo. È l'espressione della capacità dell'organismo di mantenere un equilibrio tra la perdita e la produzione di calore.

- ipotermia: lieve (30-35°), moderata (24-30°), marcata (inferiore a 24°)
- ipertermia: febbricola (37-37,5°), febbre leggera (37,8-38°), febbre moderata (38-38,5°), febbre elevata (superiore a 38,5°), iperpiressia (superiore a 40°)

Le sedi di rilevazione possono essere esterne (tra due pliche cutanee) ed interne (termometro a contatto con le mucose). La temperatura interna rettale è sempre superiore di 0.5° rispetto a quella esterna.