



¿Cómo define la OMS la salud?

Como un estado de completo bienestar físico, mental y social, no solo la ausencia de enfermedad

¿Qué son las constantes vitales?

Son indicadores del estado de salud de una persona, como la temperatura corporal, el pulso, la respiración y la presión arterial

¿Cuál es la temperatura corporal normal?

Entre 36,5 y 37,2°C

¿Qué es la febrícula?

Es una elevación moderada de la temperatura corporal entre 37,1 y 37,9°C

¿Qué es la fiebre?

Se considera fiebre cuando la temperatura supera los 38°C



¿Qué es la hipotermia?

Es el descenso de la temperatura corporal por debajo de lo normal debido a exposición a bajas temperaturas

¿Cómo se mide el pulso y cuál es su frecuencia normal?

Se mide en arterias como la radial y su frecuencia normal en adultos es de 60 a 80 pulsaciones por minuto

¿Qué es la taquicardia?

Es el aumento del ritmo cardíaco por encima de lo normal sin realizar ejercicio físico

¿Qué es la bradicardia?

Es la disminución del ritmo cardíaco por debajo de lo normal

¿Qué es la apnea?

Es la interrupción temporal de la respiración



¿Qué es la presión arterial?

Es la fuerza que ejerce la sangre sobre las paredes de los vasos sanguíneos

¿Cuáles son los valores normales de la presión arterial?

La presión sistólica (máxima) es de 120-140 mmHg y la diastólica (mínima) de 70-90 mmHg

¿Qué es la hipertensión arterial?

Es el aumento persistente de la presión arterial por encima de los valores normales

¿Qué es la hipotensión arterial?

Es la presión arterial por debajo de los valores normales

¿Cuáles son algunos factores determinantes de la salud?

El medio ambiente, el estilo de vida, la genética y el sistema sanitario



¿Qué es una droga y cómo afecta al organismo?

Es una sustancia que altera el funcionamiento del sistema nervioso y puede causar dependencia

¿Cuáles son los efectos negativos del alcohol?

Puede causar cirrosis hepática, enfermedades cardiovasculares y daños en el sistema nervioso

¿Qué enfermedades se asocian al consumo de tabaco?

Cáncer de pulmón, bronquitis crónica, enfisema y enfermedades cardiovasculares

¿Qué es una enfermedad infecciosa?

Es aquella causada por microorganismos como virus, bacterias, hongos o protozoos

¿Cuáles son las principales formas de transmisión de enfermedades infecciosas?

Contacto directo, aire, agua o alimentos contaminados, insectos y sangre