



Universidad del Sureste
Escuela de Medicina

Comentario (sueño y parasomnias)

Docente: Gordillo Guillen José Luis

Materia: Neurología

Alumno: Gómez Albores Roberto

Semestre: 6° Grupo A

31/marzo/2021

Roberto Gómez Albares

Sueño y Parasomnias

El insomnio es uno de los principales problemas dentro de los trastornos del sueño de igual manera puede ser un síntoma acompañante de diversas enfermedades. El sueño tiene un patrón repetitivo de forma en las que se pasa diferentes ligros a un sueño con más profundidad es de ciclo que se repite y que se da en una noche de sueño dura una hora y media y acaba con una fase donde el sueño es más ligero a una fase donde el sueño con más intensidad a un sueño ligero para en la que ocurre los sueños este tipo de sueño se le llama sueño de movimientos oculares rápidos o REM y en donde ocurre los sueños o pesadillas a nivel fisiológico cada tipo de sueño tiene diversas funciones. El sueño REM es el que está orientado a la repetición o leídas a la liberación de hormona del crecimiento y descanso mediante la disminución de temperatura y el sueño REM tiene funciones de procesamiento de información y el neurotráfico. Los trastornos del sueño se puede dividir en 2 tipos: los trastornos que son alteraciones en donde hay alteraciones de tipo fisiológico y ocurre los parasomnias que son trastornos de tipo conductuales al dormir. En cuanto a las parasomnias, las más frecuente es el insomnio seguido del trastorno del ciclo circadiano. El sueño REM puede ser de 2 tipos el primer tipo es la cataplexia y parálisis de músculos voluntarios el segundo es sin la parálisis y asertérica normal el tratamiento es más deficiente y ambiguo. En cuanto a las parasomnias se asocian a las pesadillas que se ven en la fase de despertar de REM a efectos, los trastornos nocturnos que se dan en la fase NREM y el síndrome de piernas inquietas se da en fase REM. El insomnio es la disomnia más frecuente en la diferenciación de la cantidad de sueño se puede distinguir como primario cuando se encuentra en una fase y secundario como cuando se consume mucho café se debe establecer si es temporal o persistente su tratamiento es una buena higiene del sueño, una terapia de control de estímulos y farmacológica.