



# Universidad del Sureste

## Escuela de Medicina

“Resumen de la estructura del sueño REM”

---

**Materia:**

**Neurología.**

**Docente:**

**Dr. José Luis Gordillo Guillen**

**Alumno:**

**Oscar Miguel Sánchez Argüello**

**Semestre:**

**6° “A”**

## Etapa de sueño e importancia de la memoria

Fases = REM y NO REM.

Vigilia = Ondas  $\alpha$  y  $\beta$  de alta frecuencia y desorganizadas

Fase N Rem Etapa 1 = Somnolencia y adormecimiento

Etapa 2 = Onda  $\theta$  de baja frecuencia, intercaladas con ondas  $\delta$  (complejos K)

Etapa 3 Ondas  $\delta$  u ondas lentas SWS

Etapa 4 Sueño profundo

Fase = Sueño paradójico. Movimientos REM  
evidentes rápidos y Perdida del tono muscular

### MEMORIZACION

- Codificación = Se genera una nueva traza de memoria que todavía podemos olvidar.
- Consolidación = Se almacena información.
- Recuperación = Acceso a los recuerdos.
- La memoria declarativa se asienta durante el sueño profundo NO REM.
- La memoria no declarativa se asienta durante la fase REM.
- Si no dormimos decae la actividad del hipocampo dificultando el aprendizaje.