

Universidad del Sureste

Escuela de Medicina

UNIDAD I

NEUROLOGIA

RESUMENES DE EVALUACION DE LAS ENFERMEDADES DEL SUEÑO

ALUMNO:

ALAN DE JESÚS MORALES DOMÍNGUEZ

DOCENTE

DR. JOSÉ LUIS GORDILLO GUILLÉN

MEDICINA HUMANA

SEXTO SEMESTRE "A"

La ciencia del sueño.

1 / 1
26/04/21

El sueño es un estado natural reversible, durante este fenómeno se reduce la capacidad de responder a estímulos externos, y el cuerpo entra en un periodo de inactividad acompañado de la pérdida de la consciencia. Existen fases que se atraviesan de forma regular y cíclica, como la fase REM y NREM. Sueño. Etapa 1. Es donde sentimos somnolencia y adormecimiento en ella se mantiene el tono muscular, no hay movimientos oculares, a medida que nos relajamos las neuronas comienzan a sincronizarse, si nada interrumpe esta fase, nos dormimos en 10 min. Etapa 2 NREM: Actividad neuronal más sincronizada, se registra en ondas theta de baja frecuencia intercaladas con una onda delta cada minuto. Pasados 20 min entramos en la etapa 3 y 4 NREM. Son ondas de tipo delta, las ondas son lentas, en esta etapa alcanzamos el sueño más profundo. Después sigue la fase REM (sueño paradjico), las neuronas colinérgicas del tronco encefálico alcanzan una actividad cerebral muy similar a la registrada durante la vigilia, en esta fase hay movimientos oculares rápidos y la pérdida completa del tono muscular, excepto del diafragma (por la respiración). Las fases NREM y REM se alternan sucesivamente de 4 a 5 veces por la noche, en un periodo de 8hr de sueño las fases NREM duran unas 6hr y las REM duran 2hr. Los sueños de la fase REM son en color, se piensa que los movimientos oculares son porque los ojos persiguen las imágenes creadas en los sueños, también se sueña durante la fase de sueño profundo, pero se sueña de manera abstracta. El sueño es restaurador y por medio de este se logra eliminar sustancias tóxicas y desechos metabólicos, por ejemplo el péptido beta-amiloide asociado con el Alzheimer. Se deshean por medio del sistema linfático se consigue aumentado el espacio intersticial del cerebro durante la etapa del sueño profundo de la fase en orden, favoreciendo un flujo entre el líquido cefalorraquídeo y el intersticial.