



Universidad del Sureste

Escuela de Medicina

SUEÑO video 2

Materia: Neurología

Presenta: Jesús Alejandro Morales Pérez

6 A

Medicina Humana

Video 2.

El núcleo supraquiasmático del hipotálamo es el ~~reloj~~ reloj maestro del cuerpo. Este coordina una secreción de grandes cantidades de sustancias como neurotransmisores y hormonas que preparan al cuerpo para estar activo o para dormir.

El núcleo supraquiasmático está sincronizado con el día de 24 hrs.

Ya que la retina posee unos células especiales de tipo ganglionar que responden a la luz. Estas envían la información al hipotálamo denunciando si hay luz en el ambiente o si no la hay.

Cuando hay luz → evita que la glándula pineal secrete melatonina.

→ Deuda de sueño.

Mientras estás despierto se acumula en el cuerpo una sustancia que se llama adenosina.

La acumulación de esta activa a los núcleos del cerebro que se encargan de producir el sueño.

Además se ha observado que mientras dormimos, se disminuye la adenosina en el cerebro.