



**Universidad del Sureste**  
**Escuela de Medicina**

---

**Sueño y parasomnias**

---

**Docente: Dr. José Luis Gordillo Guillén**

**Materia: Neurología**

**Alumno: Lara Vega Ismael**

**Semestre 6to Grupo A**

**29/marzo/2021**

## Sueño y parasomnias

El insomnio es uno de los principales problemas dentro de los trastornos del sueño, de igual manera puede ser un síntoma o componente de diversas enfermedades.

El sueño tiene un patrón repetitivo de fases en las que se pasa de fases ligeras a un sueño con más profundidad. Cada ciclo que se da en una noche de sueño dura una hora y media y acaba con una fase donde el sueño es más liviano, y a una fase donde el sueño es más profundo e intensidad a un sueño ligero pero en la que ocurren los sueños, a este tipo de sueño se le llama sueño de movimientos oculares rápidos o REM y es cuando ocurren los sueños o pesadillas, a nivel fisiológico cada tipo de sueño tiene diversas funciones. El sueño NREM, es el que está orientado a la reparación de tejidos, a la liberación de hormonas del crecimiento y descenso, mediante la disminución de temperatura y el sueño REM tiene funciones de procesamiento de información y el neurotróficos.

Los trastornos del sueño se pueden dividir en 2 tipos los trastornos que son alteraciones en donde hay alteraciones de tipo cuantitativo, como los parasomnias que son trastornos de tipo conductual el dormir. En cuanto a los trastornos, la más frecuente es el insomnio, seguido de trastornos del ritmo circadiano.

En cuanto a los trastornos se habla de la narcolepsia que es caracterizada por una hipersomnolencia persistente abrupta con una entrada

directa en REM diurna. Puede ser de 2 tipos, el primer tipo con cataplexia y parálisis de músculos voluntarios. El segundo, sin cataplexia y otros rasgos, el tratamiento es modafinil y adeterminos.

En cuanto a los parasomnias, se mencionan los pesadillas que se dan en la fase de despertar de REM a alerta, los terrores nocturnos que se dan en la fase NO REM y el sonambulismo que igual manera se da en la fase NO REM.

El insomnio es la disomnia más frecuente, es una alteración de la cantidad de sueño, se puede distinguir como primario cuando no se le encuentra una causa 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 estímulo y fármacos para casos disfuncionales. Por lo general, cada tipo de insomnio tiene su tratamiento, el general; Higiene de sueño, el de inicio; melatonina, zolpidem, el de mantenimiento; lorazepam y zolpidem; el de despertar precoz; lorazepam y tetraciclina, el resistente; tricíclicos.