

PARASOMNIAS

Funciones del Sueño:

- Restaurar tejidos
- Crecimiento
- Conservar energía (T^o bajo) } N-REM
- Procesamiento de información } REM
- Neurotrofismo

Trastornos del Sueño

- DISOMNIAS** → Cantidad, calidad u horario
- Insomnio > 20% → Higiene del sueño, terapia. Gen: HLA DQB1
 - Hipersomnolencia 3%. → Narcolepsia → Tx: Modafinil, Anfetamina, Duales
 - Trastorno del ritmo circadiano

PARASOMNIAS → Alteración conductual
Pesadillas, terrores, Sonambulismo.

	FASE DE SUEÑO	EDAD	SÍNTOMAS	TX
PESADILLAS	Despertar de REM a Alerta	5-6 años	Experiencias Traumáticas Pesadilla	
TERRORES NOCTURNOS	N-REM (No recuerda)	Final infancia	Sentado Aterrorizado (grito) FC y FR ↑	BZD* Imipromina
SONAMBULISMO	N-REM	5-12 años	Sentado Movimientos repetitivos	Evitar falta de sueño

INSOMNIO

- General
- Inicio
- Mantenimiento
- Despertar precoz
- Resistente
- Adictos hipnóticos

PRESCRIPCIÓN

- Higiene del sueño
- Melatonina, Zolpidem
- Lormetazepam, Zolpidem
- Lormetazepam, tetracíclicos
- Tetracíclicos
- ↓ progresivamente BZD
- Sustituir por tetracíclicos.

- Relación, higiene sueño
- Relación, higiene sueño
- Relación, higiene sueño
- Apoyo TCC
- Apoyo TCC