

RESUMEN DEL SUEÑO

Universidad del Sureste

Medicina Humana

NEUROLOGIA

Dr. José Luis Gordillo Guillen

PRESENTA:

Karen Paola Morales Morales

GRUPO, SEMESTRE y MODALIDAD:

6to semestre y grupo B, Neurología.

Comitán de Domínguez, Chiapas

Fecha: 31/03/2021

Resumen del Sueño

Cuando nos abarcamos en REM, se encuentran estructuras muy restringidas. El locus cerúleos es muy pequeño, ubicado en el piso de la protuberancia hacia el cuarto ventrículo. Tiene acetilcolina el cual actúa sobre la corteza, lo cual la activa la corteza. Pero no se tiene consciencia, está activa y sirve para soñar.

Bases estructurales de cambios hormonales. El pico hormonal de la hormona del crecimiento se da a las tres horas del sueño. La prolactina tiene un incremento rápido en las dos a tres horas sin importar el sexo. La melatonina está vinculada a relajar los músculos, que se empieza a bostezar, nos preparó para el sueño.

El sueño REM más largo es aproximadamente 4 y 5 de la mañana.

Bases estructurales de la vigilia. Logramos estar vigiles gracias a la corteza, ya que hay activación cortical: desincronización vista globalmente pero sincronización temporal de grupos involucrados en función específica, en diferentes partes del cerebro al mismo tiempo. El sistema colinérgico es el responsable de estimulación tálamo cortical. El despertar y alerta también ligado a sistema histaminérgico.

El sueño comienza con la etapa **NO REM** la cual tiene 4 fases y la etapa **REM**. El ciclo del sueño comienza con la etapa **No rem** en la fase 1 donde hay somnolencia y adormecimiento. En la fase 2 se encuentran ondas **Theta**. En esta fase se da la consolidación de la memoria. Se observan husos del sueño y los complejos **K** los cuales están relacionados con la supresión de señales sensoriales.

El proceso de memorización se divide en:

Codificación → Se genera una nueva traza de memoria que todavía podemos olvidar.

Consolidación → Se almacena la información

Recuperación → Acceso a los recuerdos