



**Nombre de alumnos:** Brallan López Solorzano

**Nombre del profesor:** María del Carmen

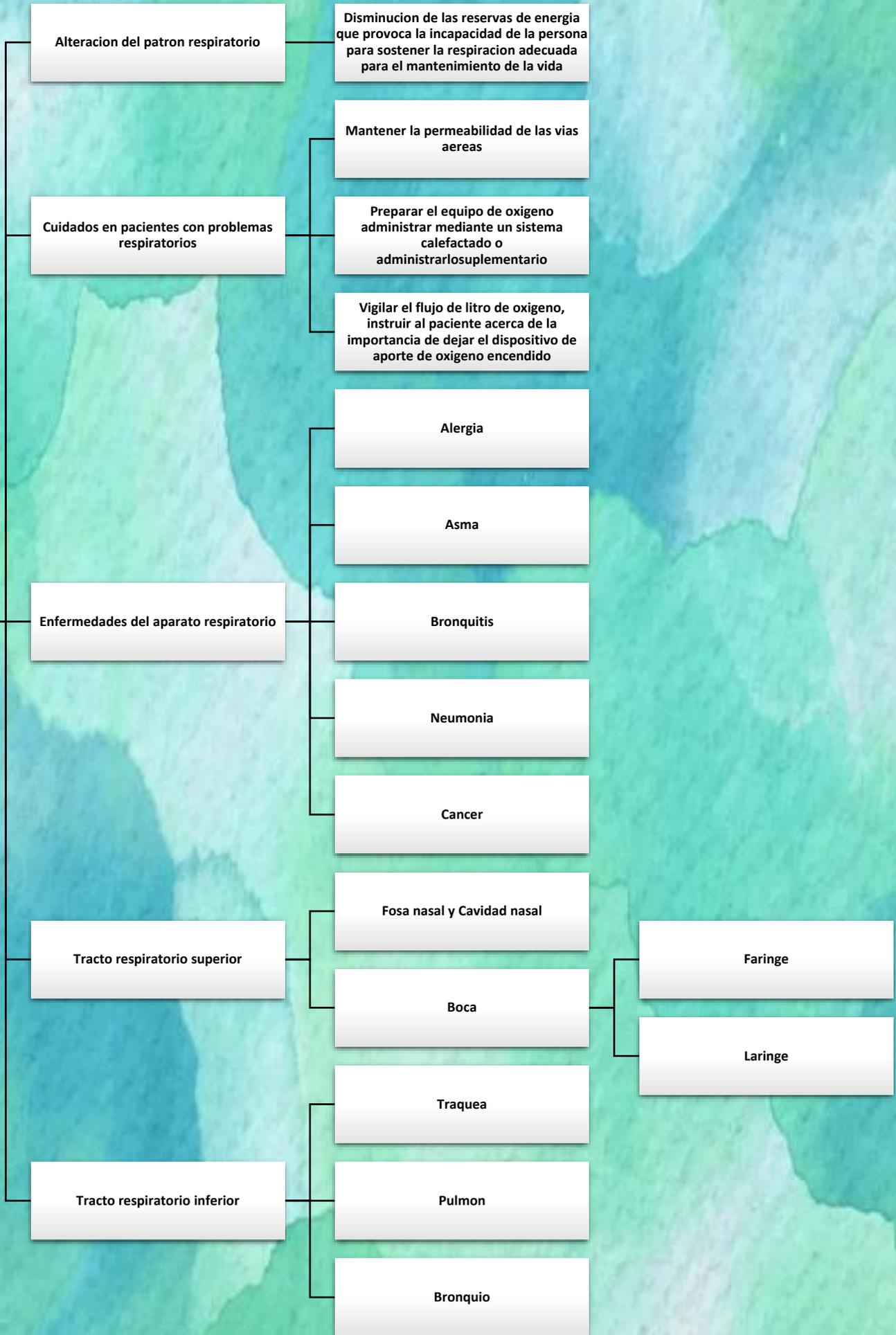
**Nombre del trabajo:** Cuadro Sinóptico

**Materia:** Fundamentos de enfermería

**Grado:** 1

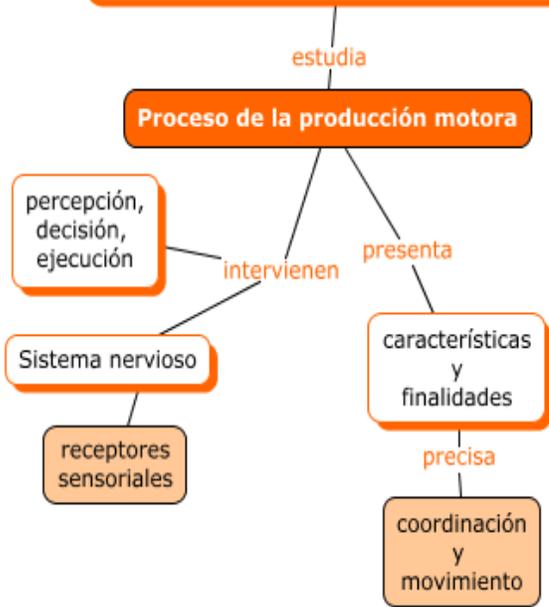
**Grupo:** C

# Respiracion

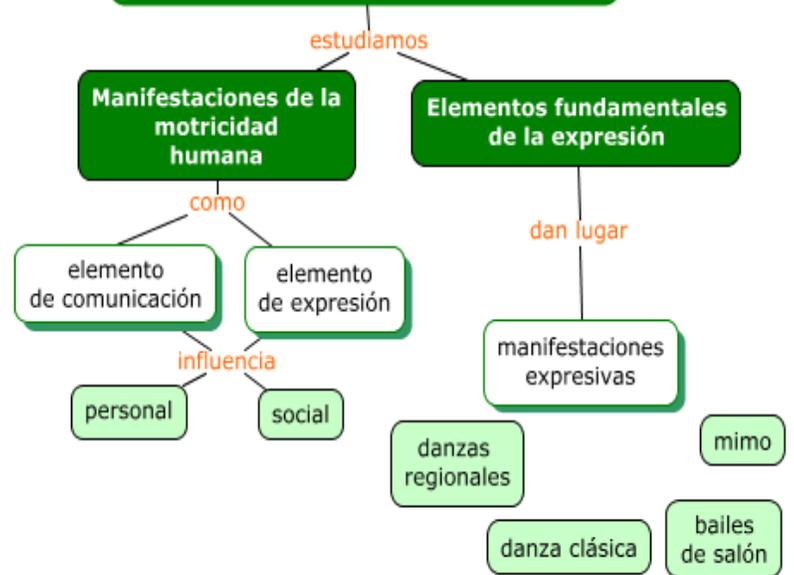


# MOVIMIENTO Y EXPRESIÓN CORPORAL

## Las características del movimiento



## Expresión y comunicación corporal



# Trastornos del sueño-vigilia

Los sujetos con estos trastornos presentan típicamente insatisfacción con la calidad, el horario y la cantidad del sueño. El malestar resultante durante el día y el deterioro son rasgos centrales compartidos por todos estos trastornos del sueño-vigilia. Los trastornos del sueño se acompañan con frecuencia de depresión, ansiedad y cambios cognitivos que deben tenerse en cuenta en la planificación del tratamiento y en su manejo.

## Trastorno de insomnio

El rasgo esencial del trastorno de insomnio es la insatisfacción con la cantidad o calidad del sueño con quejas sobre la dificultad para conciliar o mantener el sueño. Las molestias del sueño se acompañan de un malestar clínicamente significativo o de un deterioro en lo social, laboral u otras áreas importantes del funcionamiento. La alteración del sueño puede ocurrir durante el curso de otro trastorno mental o afección médica, o puede ocurrir de forma independiente.

## Trastorno por hipersomnia

La hipersomnia es un término diagnóstico amplio e incluye síntomas de excesiva cantidad de sueño, alteración de la calidad de la vigilia e inercia del sueño. Los sujetos con este trastorno se duermen rápidamente y tienen una buena eficiencia del sueño. Pueden tener dificultad para despertarse por la mañana y a veces parecen confundidos, combativos o atáxicos.

## Narcolepsia

Períodos recurrentes de necesidad irrefrenable de dormir, de abandonar el sueño o de echar una siesta que se producen en un mismo día. Estos episodios se han de haber producido al menos tres veces por semana durante los últimos tres meses.

## Trastornos del sueño relacionados con la respiración

La categoría de trastornos del sueño relacionados con la respiración comprende tres trastornos relativamente diferentes: apnea e hipopnea obstructiva del sueño, apnea central del sueño e hipoventilación relacionada con el sueño.

### Apnea e hipopnea obstructiva del sueño

La apnea e hipopnea obstructiva del sueño es el trastorno relacionado con la respiración más frecuente. Se caracteriza por episodios repetidos de obstrucción de las vías aéreas altas (faríngea) (apneas e hipopneas) durante el sueño. La apnea se refiere a la ausencia total de flujo aéreo, y la hipopnea se refiere a una reducción en el flujo

### Apnea central del sueño

Los trastornos de apnea central del sueño se caracterizan por episodios repetidos de apneas e hipopneas durante el sueño, causados por la variabilidad del esfuerzo respiratorio. Son trastornos del control ventilatorio en los que los fenómenos respiratorios suceden con un patrón periódico o intermitente. La apnea central del sueño idiopática se caracteriza por somnolencia, insomnio y despertares debidos a la disnea que se asocia a cinco o más apneas centrales por hora de

### Hipoventilación relacionada con el sueño

La hipoventilación relacionada con el sueño puede producirse de forma independiente o, lo que es más frecuente, como comorbilidad ligada a trastornos médicos o neurológicos o a trastornos por consumo de medicamentos o sustancias. Aunque los síntomas no son obligatorios para hacer este diagnóstico, los individuos suelen referir con frecuencia somnolencia diurna excesiva, despertares frecuentes durante el sueño, dolores de cabeza matutinos y quejas de insomnio.

### Trastornos del ritmo circadiano de sueño-vigilia

Patrón continuo o recurrente de interrupción del sueño que se debe principalmente a una alteración del sistema circadiano o a un alineamiento defectuoso entre el ritmo circadiano endógeno y la sincronización sueño-vigilia necesarios según el entorno físico del individuo o el horario social o profesional del mismo.

- Tipo de fase de sueño retrasada
- Tipo de fase de sueño avanzada
- Tipo de sueño-vigilia irregular
- Tipo de sueño-vigilia no ajustado a las 24 horas
- Tipo asociado a turnos laborales
- Tipo no especificado

### Trastornos del despertar del sueño no REM

La característica esencial de los trastornos del despertar del sueño no REM es la presencia repetida de despertares incompletos que generalmente se inician durante el primer tercio del periodo principal del sueño y que típicamente son breves y duran 1-10 minutos, pero pueden alargarse y durar hasta una hora.

### Trastorno de pesadilla

Se producen de forma repetida sueños sumamente disforicos, prolongados y que se recuerdan bien, que por lo general implican esfuerzos para evitar amenazas contra la vida, la seguridad, la integridad física y que acostumbra a suceder durante la segunda mitad del periodo principal del sueño.

### Trastorno del comportamiento del sueño REM

El rasgo principal del trastorno del comportamiento del sueño REM son los episodios repetidos de despertar, a menudo asociados con vocalizaciones y/o comportamientos motores complejos, que se producen en el sueño REM. Estos comportamientos reflejan a menudo respuestas motoras al contenido de acción o violento de los sueños, como ser atacados o tratar de escapar de una situación amenazante, que pueden denominarse comportamientos de representación del sueño.

### Síndrome de las piernas inquietas

El síndrome de las piernas inquietas (SPI) es un trastorno del sueño sensorio motor y neurológico que se caracteriza por un deseo de mover las piernas o los brazos normalmente asociado a sensaciones incómodas que se describen típicamente como calambres, cosquilleo, hormigueo, quemazón o picor. El diagnóstico del SPI se basa principalmente en el relato del paciente y en la historia. Los síntomas empeoran cuando el paciente está quieto, por lo que se realizan movimientos frecuentes de las piernas para aliviar las sensaciones incómodas.

## Parasomnias

Las parasomnias son trastornos que se caracterizan por acontecimientos conductuales, experienciales o fisiológicos anormales que se asocian con el sueño, con fases específicas del sueño o con la transición sueño-vigilia. Estos trastornos sirven como un recordatorio de que el sueño y la vigilia no son mutuamente excluyentes y de que el sueño no es necesariamente un fenómeno global de todo el cerebro.

