



Nombre de los integrantes: Ana Jocabet García Velazquez

Actividad: INFOGRAFÍA

Nombre de la Materia: Psicología Medica

Nombre del profesor: Dra. Paulina Maribel Juarez Rodas

TAPACHULA CHIAPAS, A 18 DE NOVIEMBRE DEL 2022.

Trastornos del sueño

Trastorno del ritmo cardiaco



Definición

Trastorno del sueño basado en las alteraciones del ritmo cardiaco que produce desincronización del horario interno de sueño-vigilia con el ciclo terrestre de noche y día.

Características

- El cuerpo desarrolla su propio reloj interno.
- Provoca fatiga diurna y malestar.
- Dificultad para mantenerse alerta.
- Problemas gastrointestinales.
- Cambios en el estado de ánimo.

Trastorno de pesadillas

Características

- Produce somnolencia diurna, fatiga o baja energía.
- Problemas de concentración o de memoria.
- Ocurrencias frecuentes.
- Demostración de aflicción, ansiedad o miedo al momento de ir a dormir.

Definición

Frecuencia en la producción de pesadillas causadas por la angustia, interrumpiendo el sueño y causando problemas con el funcionamiento diurno o provocando miedo al dormir



Trastorno de piernas inquietas



Definición

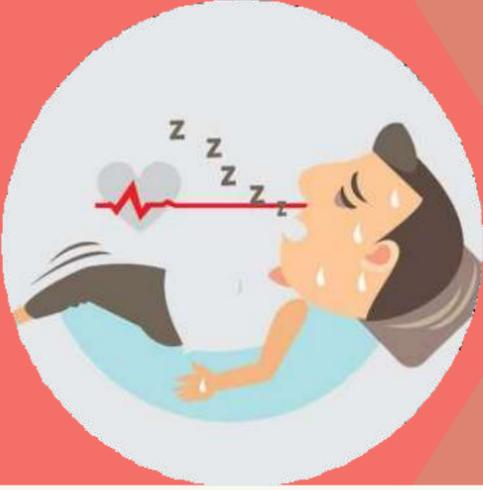
Afección que causa una urgencia incontrolable de mover las piernas, producido una sensación de incomodidad, suele generarse durante la tarde o noche provocando la interrupción del sueño.

Características

- Se produce en cualquier edad.
- Interrumpe el sueño.
- Interfiere en las actividades diarias.
- Comienza después del descanso.
- Empeora en la noche.
- Produce espasmos en las piernas por la noche.
- Produce una sensación de cosquilleo, hormigueo o dolor

Trastornos del sueño

Apnea



Definición

Trastorno del sueño potencialmente grave en que la respiración se detiene y recomienza repetidas veces, produciendo ronquidos fuertes o cansancio al despertar aun después de dormir bien durante la noche.

Características

- Producción de ronquidos fuertes.
- Jadeos al respirar durante el sueño.
- Despertarse con la boca seca.
- Problemas para mantenerse dormido.
- Dificultad para prestar atención mientras estás despierto.
- Dolor de cabeza por la mañana.

Insomnio

Características

- Irritabilidad, depresión o ansiedad.
- Preocupación constante respecto del sueño.
- Cansancio o somnolencia diurna.
- Despertar temprano o durante la noche.
- Dificultad para conciliar el sueño

Definición

Se trata de un problema de disminución de la calidad o cantidad del sueño, es decir, dificultad para iniciar o mantener el sueño, provocando una sensación de no haber dormido.



Hipersomnia



Definición

Facilidad excesiva para conciliar el sueño durante el día, en situaciones que a la mayoría de las personas no le sucede.

Características

- Necesidad excesiva de dormir.
- probabilidad de dormir durante la realización de actividades cotidianas.
- Deterioro social y laboral.
- Dificultades para mantenerse despierta.
- Es potencialmente peligrosa

Narcolepsia

Características

- Somnolencia excesiva durante el día.
- Pérdida repentina del tono muscular.
- Parálisis del sueño.
- Cambios en el ciclo de sueño con movimientos rápidos de ojos.
- Alucinaciones.
- Presentación de otros trastornos del sueño.

Definición

Trastorno del sueño crónico que produce una somnolencia extrema durante el día, provocando ataques repentinos de sueño.

