



Mi Universidad

INFOGRAFIA

NOMBRE DEL ALUMNO: LEONARDO LÓPEZ ROQUE

NOMBRE DEL TEMA: ESTADOS DE CONCIENCIA

PARCIAL: 3ERO

NOMBRE DE LA MATERIA: PSICOLOGÍA MÉDICA

NOMBRE DEL PROFESOR: JUÁREZ RODAS PAULINA MARIBEL

NOMBRE DE LA LICENCIATURA: MEDICINA HUMANA

CUATRIMESTRE: PRIMER SEMESTRE

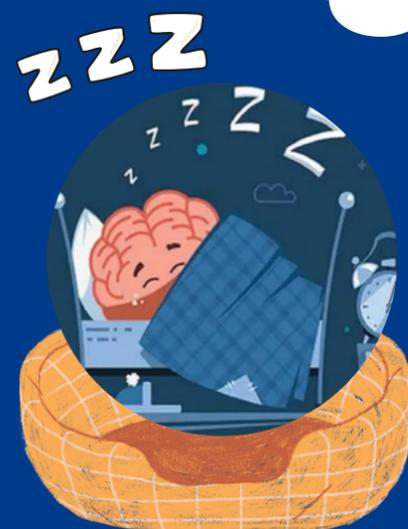
CONCIENCIA DE LOS SUEÑOS



¿ESTAMOS DURMIENDO LO SUFICIENTE?

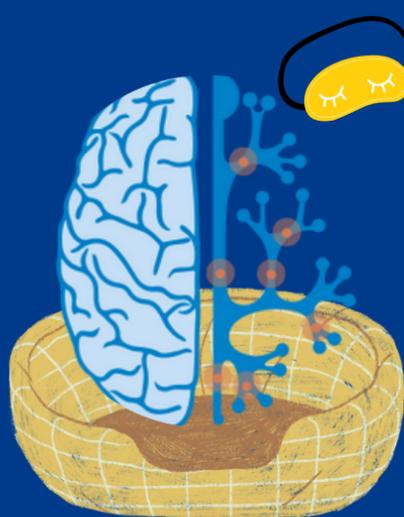
CONOCE LO QUE ES EL SUEÑO

El sueño es un estado biológico activo, periódico en el que se distinguen las etapas NREM y REM, que se alternan sucesivamente en la noche.



RELOJ BIOLÓGICO

Es un reloj biológico que constan de cambios físicos, mentales y conductuales que siguen un ciclo de 24 horas.



ETAPAS DEL SUEÑO

- Etapa 1) Adormecimiento.
- Etapa 2) Sueño ligero.
- Etapa 3) Sueño profundo.
- Etapa 4) Sueño delta.
- Etapa fase 5) Fase del sueño REM



¿SABIAS QUÉ?

El movimiento de los ojos mientras dormimos se le conocen como ondas deltas no REM. En la que las ondas del cerebro son potentes y de baja frecuencia.



DATOS IMPORTANTES

Los sueños ocurren generalmente durante el sueño MOR. Los músculos están flácidos para evitar que hagamos los movimientos de lo que soñamos.

