

Universidad del sureste



nombre del tema:

infografía del tema "Estados de Conciencia"
enfocado a los sueños

nombre de la materia:

Psicología medica



nombre del maestro:

Dra. Paulina Maribel Juarez Rodas



nombre del alumno:

Magdiely Martinez Alvarado



licenciatura:

Medicina Humana



Grado: 1 Grupo: "A"
Fecha: 18 de noviembre del 2022

HABLEMOS SOBRE EL SUEÑO

¿QUE ES EL SUEÑO?



EL SUEÑO ES UN PERÍODO DE INCONSCIENCIA DURANTE EL CUAL EL CEREBRO PERMANECE SUMAMENTE ACTIVO.

PRODUCCION DEL SUEÑO:

1. EL PRIMER SUEÑO SUELE PRODUCIRSE 1H. DESPUES DE DORMIRSE

2. CADA NOCHE SE SUELE TENER 5 A 6 PERIODOS DEL SUEÑO.



TRANSTORNOS DEL SUEÑO

-DISOMNIAS

-PARASOMNIAS

-HIPERSOMNIA

-INSOMNIO

-APNEA DEL SUEÑO

-NARCOLEPSIA

¿CUANTO TENGO QUE DORMIR?

Datos curiosos

-CUANDO SOÑAMOS, NUESTRA ACTIVIDAD CEREBRAL AUMENTA.
-HAY GENTE QUE SUEÑA EN BLANCO Y NEGRO.
-EL SONAMBULISMO, MÁS COMÚN DE LO QUE SE PIENSA.
-LOS ANIMALES TAMBIÉN SUEÑAN.
-LOS CIEGOS TAMBIÉN SUEÑAN.



BEBES:
NECESITAN DORMIR ALREDEDOR DE 16 HORAS



NIÑOS:
NECESITAN DE 10 Y 13 HORAS DE SUEÑO.



ADOLECENTES:
NECESITAN DORMIR UNA MEDIA DE 9 HORAS.



ADULTOS:
NECESITAN 8 HORAS DE SUEÑO



ANCIANOS:
NECESITAN IGUAL 8 HORAS SIN EMBARGO SU SUEÑO ES MENOS PROFUNDO POR LO QUE DESPIERTAN VARIAS VECES EN LA NOCHE.

¿CÓMO SE PRODUCEN LOS SUEÑOS?

LOS SUEÑOS EXISTEN PARA SATISFACER LOS DESEOS QUE CADA PERSONA TIENE, O QUE PUEDEN SER TAMBIÉN UN REFLEJO FIEL Y SIMBÓLICO QUE SE ADUEÑA DE LA MENTE, DE LOS SUEÑOS Y ANHELOS DEL SER HUMANO.

