



**UNIVERSIDAD DEL SURESTE
LIC. EN MEDICINA HUMANA**

**QUINTO SEMESTRE
CUARTO PARCIAL**

**PSIQUIATRÍA
SUPER NOTA
TRASTORNOS DEL SUEÑO**

**DOCENTE: Dr. Julio Andrés Ballinas
ALUMNA: Angélica Montserrat Mendoza Santos**

TRASTORNOS DEL SUEÑO

Los **trastornos del sueño** no son una patología grave en sí misma, pero tienen serias implicaciones en la vida diaria: agotamiento físico, bajo rendimiento, sueño diurno, dificultad para cumplir con las obligaciones profesionales, familiares o sociales

Estos trastornos son: **insomnio, hipersomnía, narcolepsia, ronquido y apneas del sueño, parasomnias y otros trastornos, síndrome de las piernas inquietas, terrores nocturnos, pesadillas y sonambulismo**

Su origen es muy variado. En ocasiones, aparecen como efecto de otras enfermedades y otras, constituyen factores de riesgo que favorecen la aparición de otras patologías.

Algunos de los síntomas que producen los trastornos del sueño son: agotamiento físico, bajo rendimiento, sueño diurno, dificultad para cumplir con las obligaciones profesionales, familiares o sociales, etc

Piernas inquietas: incómodas y dolorosas parestesias (sensación de hormigueo) en el interior de las piernas, movimientos espontáneos e incontrolables.

Insomnio: dificultad para conciliar el sueño, despertares nocturnos o fin prematuro del sueño.

Sonambulismo: caminar de modo semiinconsciente dormido.

Terrores nocturnos: episodios de terror con gritos y agitación, a veces acompañados de sonambulismo.

Hipersomnía: aumenta un 25% el sueño habitual.

Ronquido y apneas del sueño: obstrucción de la faringe que no deja pasar el aire.

Narcolepsia: crisis reiterada de sueño durante la vigilia.

Los síntomas más habituales son:

- Imposibilidad para conciliar el sueño.
 - Despertar temprano.
 - Agotamiento físico
 - Bajo rendimiento
 - Sueño diurno
- Dificultad para cumplir con las obligaciones profesionales, familiares o sociales, etc.

