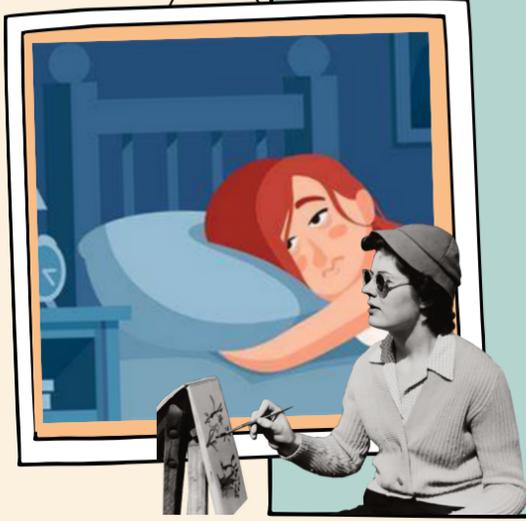


TRASTORNOS DEL SUEÑO

elaborado por: MARIO DE JESUS SANTOS HERRERA

¿QUÉ SON LOS 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...

SÍNTOMAS DE LOS TRASTORNOS DEL SUEÑO

- Piernas inquietas.
- Sonambulismo.
- Terrores nocturnos.
- Insomnio
- Hipersomnia.
- Narcolepsia.
- Ronquido y apneas del sueño. Imposibilidad para conciliar el sueño.
- Despertar temprano.
- Agotamiento físico
- Bajo rendimiento
- Sueño diurno
- Dificultad para cumplir con las obligaciones profesionales, familiares o sociales, etc.



¿CUÁLES SON LAS CAUSAS?

- En el caso del insomnio, la ansiedad, el hipertiroidismo, las enfermedades psiquiátricas o las que producen dolor son sus causas más comunes.
- En la hipersomnia, las causas pueden asociarse a ansiedad o depresión grave, abuso de hipnóticos o apnea del sueño.

¿CÓMO SE DIAGNOSTICAN LOS TRASTORNOS DEL SUEÑO?

Para su correcto diagnóstico se precisa la realización de una polisomnografía o prueba del sueño con registro simultáneo de vídeo que consiste en el registro durante la noche de las variables fisiológicas como el electroencefalograma, flujo nasal, saturación de oxígenos y frecuencia cardiaca. Permite conocer la estructura del sueño del paciente y catalogar su trastorno.

