



UNIVERSIDAD DEL SURESTE

NOMBRE DEL ALUMNO:

Junan Carlos Bravo Rojas

CARRERA:

Medicina humana

Materia:

psicología medica

NOMBRE DEL TRABAJO:

Infografía de estados de conciencia

DOCENTE:

Dra. Paulina Maribel Juárez Rodas

fecha:

18 de noviembre del 2022

ESTADOS DE CONCIENCIA

sueños

¿Que son los sueños?

LOS SUEÑOS SON UNA EXPERIENCIA HUMANA UNIVERSAL QUE PUEDE DESCRIBIRSE COMO UN ESTADO DE CONCIENCIA CARACTERIZADO POR ACONTECIMIENTOS SENSORIALES, COGNITIVOS Y EMOCIONALES DURANTE EL SUEÑO



el sueño se puede dividir en dos etapas:

ETAPA 1

sueño de ondas lentas o sueño NO REM

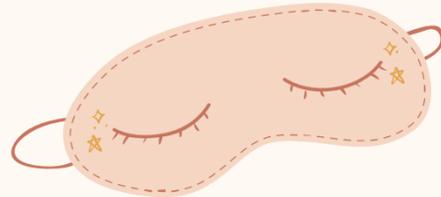
1

Fase de adormecimiento. Dura alrededor de 15 minutos y es la transición a la vigilia del sueño.



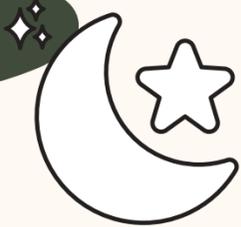
2

Fase de sueño ligero. Tiene unso 20 minutos de duración. se produce una disminución tanto del ritmo cardiaco como el respiratorio.



3

Fase de transición o sueño profundo. Dura entre 2 y 3 minutos.



4

sueña delta o fase del sueño lento. Durante unos 20 minutos y estando en ella, resulta muy difícil despertarse.

ETAPA 2

SUEÑO REM

Esta etapa se alcanza aproximadamente a los 90 minutos de sueño. Es una fase de gran actividad cerebral en la que se originan los sueños y en la que se producen movimientos oculares rapidos



TRASTORNOS DEL SUEÑO MAS FRECIENTES:

- *insomnio.*
- síndrome de las piernas inquietas.
- APNEA del sueño.
- Sonambulismo.