

# **"UDS MI UNIVERSIDAD**

Nombre de la asignatura: Psicológica medica

Nombre del tema: Psicológica psicomatica

Nombre del alumno: WILLIAM ALONSO ORTIZ  
PEREZ

Semestre: Primer semestre

# TRASTORNO DEL SUEÑO



## INSOMNIO

Dificultad para conciliar el sueño o permanecer dormido .

grupos de condiciones que afectan la calidad, duración o patrones del sueño.

## APNEA DEL SUEÑO

Fauses en la respiración durante el sueño.

### SIGNO

- 1\_. Ojeras y bolsas debajo de los ojos.
- 2\_. Piel palida y seca
- 3\_. Cabello seco y quebradizo
- 4\_. Problema digestivo

### SÍNTOMAS

- 1\_. Dolor de cabeza
- 2\_. Ansiedad y estres
- 3\_. Dificultad para conciliar el sueño
- 4\_. Problema de memoria

### EJEMPLOS

- 1\_. Estrés laboral
- 2\_. Ansiedad por la salud
- 3\_. Uso excesivo de cafeína

### SIGNO

- 1\_. boca abierta durante el sueño
- 2\_. Obesidad
- 3\_. Uñas anuladas o cianosis
- 4\_. Nariz congestionada

### SÍNTOMAS

- 1\_. Fauses de respiración
- 2\_. Ronquidos fuertes
- 3\_. Despertar con dolor de cabeza
- 4\_. Sueño agitado
- 5\_. Mal humor

### EJEMPLOS

- 1\_. Somnolencia excesiva
- 2\_. Despertares frecuentes
- 3\_. Ronquidos fuertes
- 4\_. Pauses en la respiración

