Infografía

Nombre del alumno: García Penagos Daniela

Nombre del tema: Alteraciones del sueño

Parcial: 3

Nombre de la materia: Geriatría

Nombre del profesor: Dr. Josué Vásquez Sumoza

Nombre de la licenciatura: Medicina humana

Lugar y fecha de elaboración:
Tapachula, Chiapas 28 de mayo de 2025

ALTERACIONES DEL SUEÑO

¿QUE ES?

Disminución transitoria, periódica y reversible del nivel de consciencia, con desconexión parcial del medio y asociada a cambios posturales

EPIDEMIOLOGIA

- En un 60% en la población mayor de 70 años.
- Predomina en el seco femenino

SUEÑO NO REM

- Fase 1: Periodo de adormecimiento
- Fase 2: Enlentecimiento del ritmo cerebra, relajación muscular generalmente
- Fase 3 y 4: Es el sueño profundo (ondas lentas)

SUEÑO REM

- Cuando termina, se produce un despertar breve, el sueño se reinicia en la etapa 2, finalizando al terminar el periodo REM

FISIOPATOLOGIA

- Con la edad, existe una disminución de ondas lentas, el cortisol se mantiene elevado, disminuye la melatonina, se adelanta el inicio del sueño y el despertar

SAHS

Es un trastorno que puede cursar con: somnolencia excesiva diurna.

Puede deberse a: Hipoxia intermitente, fragmentación del sueño, activación del sistema simpático debido a que aumenta la respuesta de alerta elevando la presión arterial y la frecuencia cardiaca.

También es un factor para desarrolla: HTA e ictus.

Triada: Somnolencia excesiva diurna, ronquidos y pausas respiratorias observadas durante el sueño.

Prueba diagnóstica: IAH > 5 eventos por hora de sueño es considerada diagnóstica de SAHS.
Leve:5-15
Moderado:15-30
Grave: >30

SPI PIERNAS INQUIETAS

Es un trastorno neurológico sensitivo motor.

Aunque su etiología menciona ser desconocida, tiene una estrecha relación Dopamina-Hierro.

El síntoma es principalmente en piernas, las molestias tienen un predominio nocturno

Criterio diagnóstico: IRLSSG, aunque es poco específico por lo que personas sin SPI pueden cumplir con

Tratamiento: Leve- moderado (Reducción de peso,DAM)

Moderado-grave: CPAP durante el sueño sobre VAS

Agonistas dopamimérgicos

Opioides (segunda línea)

Bibliografía

Abizanda Soler, P., & Rodríguez Mañas, L. (2020). Tratado de medicina geriátrica (2.ª ed.). Editorial Médica Panamericana.