



NOMBRE DEL ALUMNO:
KARINA DESIRÉE RUIZ
PÉREZ

CARRERA: MEDICINA
HUMANA

ASIGNATURA:
MEDICINA PALIATIVA

DOCENTE: DR. FRANCISCO
CALDERÓN HERNÁNDEZ

TEMA: INFOGRAFÍA SOBRE
FASES DEL SUEÑO REM Y
NOREM

SEMESTRE: SEXTO
SEMESTRE

FECHA: 02 DE JULIO DEL
2025.

FASES DEL SUEÑO



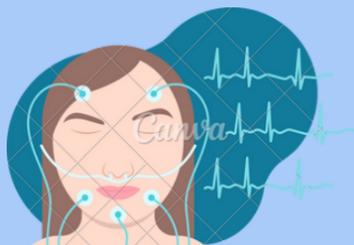
¿QUÉ ES?

“Sueño de movimiento ocular rápido”.

“Es un estadio fisiológico recurrente de reposo del organismo que se caracteriza por una inacción relativa con ausencia de movimientos voluntarios y aumento del umbral de respuesta a estímulos externos, fácilmente reversible.”



SUEÑO NoREM



“Sueño de movimiento ocular no rápido” comprende los estadios 1, 2, 3 y 4.

Se divide en sueño superficial (fases 1 y 2) y sueño profundo (fases 3 y 4), llamado “sueño delta o de ondas lentas”.

La mayoría de las funciones fisiológicas del organismo están reducidas. Aparecen movimientos corporales involuntarios.

FASES DEL SUEÑO NoREM

N1 (fase 1) es un período de adormecimiento que dura entre 1 y 7 minutos.

Fase 1
Adormecimiento (NREM)



Fase 3
Transición hacia el sueño profundo (NREM)



Fase 4
Sueño delta (NREM)

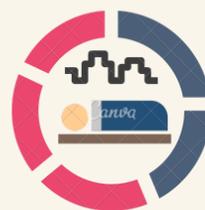
N3 (fase 3) y N4 (fase 4):

- Constituyen el sueño profundo o sueño de ondas delta.
- El tono muscular es aún menor y en el EEG se observan ondas delta.

N2 (fase 2):

- Ocurre un enlentecimiento del ritmo cerebral, ondas alfa y desaparición de las ondas betas habituales en la vigilia.
- Se produce un estado de relajación muscular generalizada y una disminución del ritmo cardíaco y respiratorio.

Fase 2
Sueño ligero (NREM)



- N3 si las ondas delta suponen >20% pero <50%.
- N4 se caracteriza por un predominio de las ondas delta, que representan más del 50% del sueño



Fase 5
Fase del sueño REM

SUEÑO REM

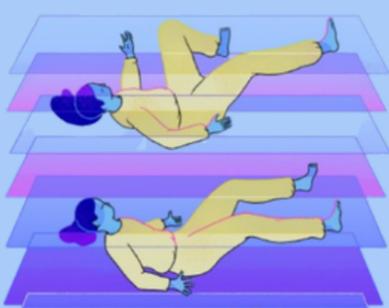
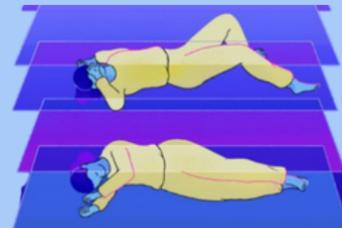


Es un sueño de movimiento ocular rápido que dura aproximadamente 20 minutos. Cuenta con gran actividad cerebral y niveles de actividad fisiológica similares a los del estado de vigilia con variaciones de minuto a minuto (sueño paradójico).

Aparece una atonía muscular generalizada, detectable de manera objetiva en un registro polisomnográfico específicamente en la inscripción electromiografía.

Casi todos los períodos REM presentan tumescencia en clítoris y en el pene, probablemente relacionada con un aumento del tono colinérgico asociado con este estado

El primer período REM se presenta a los 80 o 90 minutos del inicio del sueño.



Aparecen con mayor rapidez a lo largo de la noche; es decir, que las sucesivas latencias para los sucesivos períodos REM se acortan, y la segunda parte de la noche existe mayor proporción de sueño REM que en la primera.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Diagnóstico y Tratamiento de los Trastornos del Sueño. México: Instituto Mexicano del Seguro Social 2010. IMSS-385-10