



Mi Universidad

Infografía

Nombre del alumno: Hannia González Macías

Nombre del tema: Fases del sueño

Grado: 6to semestre Grupo: "A"

Nombre de la materia: Medicina Paliativa

Nombre del profesor: Dr. Francisco Calderón Hernández

Licenciatura: Medicina Humana

Tapachula, Chiapas. 04 de julio del 2025.

Fases del Sueño

Medicina Paliativa



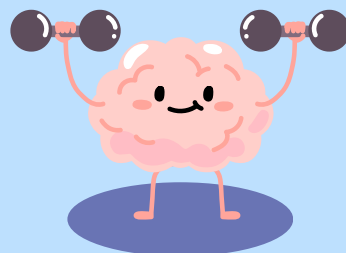
Sueño REM

Sueño de movimientos oculares rápidos

Tipo de sueño no tan reparador y a menudo se asocia con sueños de gran viveza.

Características:

1. Forma activa de sueño, asocia comúnmente con sueños y movimientos activos de los músculos del cuerpo
2. Frecuencia cardíaca y respiratoria irregulares
3. Movimientos rápidos de los ojos



N1: Comienza cuando más del 50 % de las ondas alfa se reemplazan con actividad de frecuencia mixta de baja amplitud.

N2: Sueño más profundo a medida que la frecuencia cardíaca y la temperatura corporal disminuyen.



Sueño NREM

Sueño de ondas lentas

Tipo de sueño profundo y reparador que la persona experimenta durante la primera hora dormido.

Características:

1. Descenso del tono vascular periférico y de otras muchas funciones vegetativas del cuerpo
2. Disminución de la presión arterial, frecuencia respiratoria y el índice metabólico basal
3. Sueños sin sueños: hay sueños y, en ocasiones pesadillas

Dato curioso:

Los sueños de ondas lentas no suelen recordarse.

N3: Se caracteriza por una frecuencia mucho más lenta con señales de alta amplitud conocidas como ondas delta.

Bibliografía

- John E. Hall, PhD, Edited by John E. Hall, PhD Guyton & Hall. Tratado de fisiología médica. 14a Edición-2021.