

Llamamos trastornos del sueo a una amplia gama de alteraciones que afectan al sueo impidiendo que cuerpo y mente logren el descanso adecuado.

Un trastorno del sueo consiste en la dificultad para dormir o para seguir dormido o para mantenerse despierto durante el dıa o tener alteraciones del comportamiento mientras se duerme.

En esta secci3n describimos algunos de los trastornos del sueo. Pulse sobre el men3 lateral para seleccionar y saber m3 acerca de cada tipo de trastorno, sus s3ntomas y su posible tratamiento.

