



UNIVERSIDAD CENTRAL DEL PARAGUAY - UCP
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
CARRERA DE MEDICINA

“ANSIEDAD E INSOMNIA”.

Trabajo de Grado Final para obtener el título de Médico.

AUTORES

Daniela Alves Santos
Karla Christina Ramos da Silva
Marcela de Caires Catroque

TUTOR

Dra Regiane Aparecida Marques

Pedro Juan Caballero – Paraguay
Año 2022

1. RESUMEN

El objetivo de este trabajo es hacer una revisión bibliográfica con abordaje del enfoque multifactorial de la ansiedad e insomnio, también, se pretende identificar aspectos que hacen posible la diferenciación de estos conceptos. Para alcanzar este objetivo, ofrecemos una introducción general sobre la confusión conceptual que se ha producido en torno a dichos términos, aportando evidencias empíricas y reflejando la situación actual. A continuación, seguimos una estructura similar para los tres conceptos: (1) una introducción, (2) un recorrido histórico sobre cada uno de ellos (recogiendo definiciones de distintas fuentes) y, (3) un apartado dedicado a los distintos marcos teóricos que se han planteado en torno a éstos, tomando las aportaciones de diferentes disciplinas, como la Psicología (incluyendo aproximaciones como la conductual, la cognitiva-conductual, la psicodinámica), la Filosofía, la Física, entre otras. El sueño es un estado fisiológico del que aún se desconocen con exactitud cuáles son sus funciones, aunque sus alteraciones se ven reflejadas en la vigilia del ser humano. Una de las alteraciones más frecuentes del sueño es el insomnio, el cual debe ser considerado como un síntoma y partiendo de esto, ubicarlo dentro de las distintas condiciones que pueden estar presentes, pues de ello dependerá el tratamiento correcto. El presente artículo describe brevemente algunas características del sueño normal, así como las condiciones más frecuentes en las que ocurre el insomnio y su tratamiento.

Palabras clave: ansiedad, evolución histórica, insomnio, trastornos del sueño.