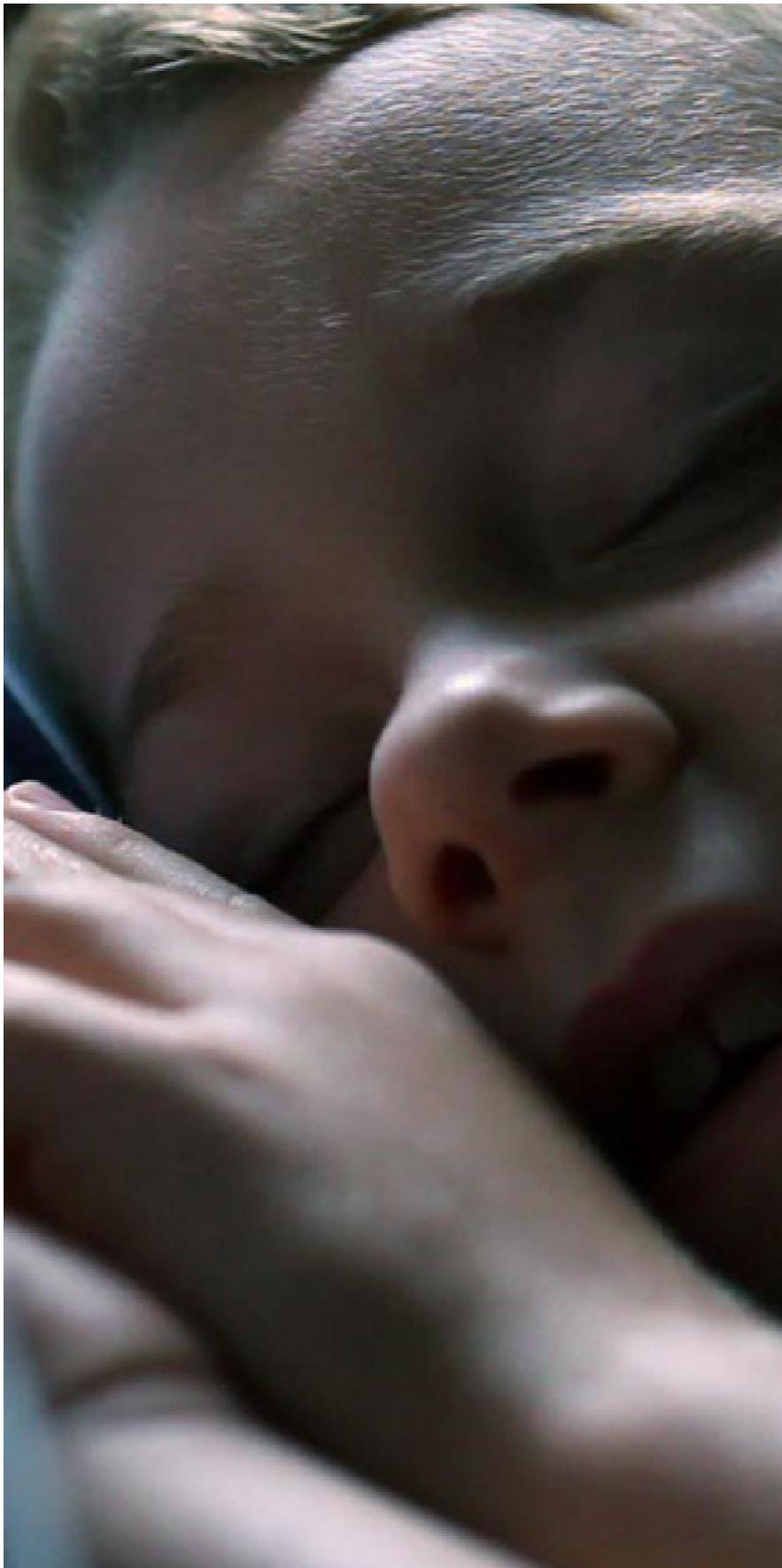




Mira el video

## Terrores nocturnos (terrores al dormir)



### Descripción general

Este es un trastorno del sueño que es más común en los niños. Aquellos que lo tienen, se despiertan repentinamente durante la noche. Pueden estar asustados y confundidos. Es posible que no los pueda calmar.

### Causas

No sabemos qué causa los terrores nocturnos. El estrés o la falta de sueño pueden desencadenarlos. Pueden ser causados por un cambio en el horario de sueño. Pueden estar relacionados con medicamentos, trastornos del estado de ánimo, fiebre y otros problemas para dormir. En los adultos, el alcohol puede jugar un papel. Es más común en las mujeres, y en las personas que tienen antecedentes familiares de este trastorno.

### Síntomas

Los terrores nocturnos, por lo general, ocurren durante el primer tercio o mitad de la noche. Es posible que la persona se despierte gritando y confundida. Puede agitarse y tener el pulso acelerado, respiración dificultosa y los ojos muy abiertos. Esto puede durar entre 10 y 20 minutos. Luego, vuelven a quedarse dormidos. A menudo, no lo recuerdan por la mañana.

### Tratamiento

En la mayoría de los casos, los terrores nocturnos no requieren tratamiento. La mayoría de los niños los superan al crecer. Usted puede ayudar brindándoles consuelo durante un episodio y reduciendo el estrés. Su proveedor de salud puede ofrecerle consejos para ayudar a manejar los terrores nocturnos.

Interpretación actoral en fotos

© 2017 Swarm Interactive. La duplicación no autorizada está estrictamente prohibida.