

# Las drogas.

**2.3 Trastornos del sueño:** · Insomnio: Trastorno más frecuente y se caracteriza por la dificultad de iniciar o mantener el sueño. /El insomnio puede ser transitorio o crónico. EL insomnio transitorio se produce por el estrés, los cambios de horario. El insomnio crónico se debe a problemas orgánicos o psicológicos. Suelen padecerlo personas con trastornos psiquiátricos. EL sueño es algo espontáneo y un error es obligarse a dormir mediante un acto de voluntad. · Apnea del sueño: La respiración se detiene durante 20 seg o más, hasta que la persona se despierta un poco, traga aire y se vuelve a dormir. Se puede repetir muchas veces durante la noche. · Narcolepsia: Ataques de sueño diurnos, repentinos que pueden durar desde unos minutos hasta media hora, implican pérdida de fuerza muscular y alucinaciones. · Sonambulismo: Consiste en levantarse de la cama cuando se está dormido. Mantiene los ojos abiertos y fijos, puede inspeccionar el ambiente evitando los objetos. /Hay que evitar despertar al sonámbulo ya que le provoca angustia. Se deja conducir a la cama con facilidad. · Pesadillas nocturnas: Son sueños terroríficos en niños que les provoca angustia y sobresaltos y perturban el sueño. · Terrores nocturnos: Despertares bruscos perecidos por gritos y lloros, por lo que no dejan recuerdos. · Somniloquio: Consiste en hablar o emitir sonidos durante el sueño. · Bruxismo: Suele aparecer en las dos primeras fases del sueño. Su etiología es desconocida.

**2.4 La teoría de los sueños de Sigmund Freud** /En el siglo xx Freud convulsionó el mundo de la psicología con su nueva teoría. /En 1900 publicó La interpretación de los sueños obra que rompe con la concepción psicofilosófica. /Cuando escribió su obra, no se conocía la fisiología del sueño. Su idea fundamental se sigue utilizando en la práctica psicoanalítica. /Freud origina una ruptura en el interior del sujeto al declarar que los sueños son el camino de acceso al inconsciente y una prueba de su existencia. El inconsciente influye en la constitución y organización de la vida mental. /La interpretación psicoanalítica de los sueños se puede resumir en estas ideas: · La asociación espontánea: Los sueños se expresan con imágenes, más que con palabras. · Los sueños revelan la existencia del inconsciente. Los sueños son idealizaciones o la realización de deseos insatisfechos y revelan la vida interior. · Los contenidos del sueño y resistencias del sujeto: Freud distinguió entre los contenidos manifiestos del sueño (lo que el recuerda) y los contenidos latentes (lo que permanece oculto)./Las relaciones entre lo latente y lo manifiesto no son fáciles de descubrir. Encuentra resistencias ya que este reprime ideas que no quiere expresar. · La censura: Oculta los deseos prohibidos y modifica los elementos del sueños de forma arbitraria y es la causa de la amnesia onírica. · Elaboración de los sueños. Interviene 3 elementos. 1 Condensación: fusión de dos o más imágenes oníricas hasta formar un único símbolo. 2 Desplazamiento: traduce una imagen onírica en otra. 3 Dramatización: consiste en convertir las ideas y relaciones abstractas en imágenes. · Los símbolos oníricos. Los sueños

expresan deseos y conflictos disfrazados como símbolos oníricos.