

## S'ha de despertar a un somnàmbul?

Des de la Unitat del Son de l'Hospital Universitari General de Catalunya ens expliquen que "molta gent encara es pregunta si cal despertar a una persona somnàmbula. Pensen que els somnàmbuls s'aixequen del llit amb els braços estirats com si fossin fantasmes". El somnambulisme (caminar adormit) ocorre amb major freqüència durant el son profund, durant les primeres hores de la nit, denominat son N3. Caminar adormit es dona més sovint en nens que en adults majors. En aquests últims, el somnambulisme pot ser símptoma d'un problema mèdic que fa que les funcions mentals disminueixin (trastorn neurocognitiu).

Totes aquestes creences, respecte si cal despertar a un somnàmbul, són antigues i avui dia sabem que no són veritat. Un somnàmbul és simplement algú que es desperta mentre dorm, però no es desperta del tot. Per tant, no fa falta despertar-ho, ell està dormint, encara que pugui aixecar-se, dir algunes paraules o realitzar alguns actes com anar al bany. Si trobem un somnàmbul, simplement cal reconduir-lo al llit amb paraules molt curtes com 'vine' 'anem' 'segueix-me' i deixar-lo de nou al llit tranquil.

### Sobre Quirónsalud

Quirónsalud és el grup hospitalari líder a Espanya i, juntament amb la seva matriu Fresenius-Helios, també a Europa. Compta amb més de 40.000 professionals en més de 125 centres sanitaris, entre els quals es troben 50 hospitals que ofereixen prop de 7.000 llits hospitalaris. Disposa de la tecnologia més avançada i d'un gran equip de professionals altament especialitzats i de prestigi internacional. Entre els seus centres, es troben a l'Hospital Universitari Fundació Jiménez Díaz, Centre Mèdic Teknon, Ruber Internacional, Hospital Universitari Quirónsalud Madrid, Hospital Quirónsalud Barcelona, Hospital Universitari Dexeus, Policlínica de Guipúscoa, Hospital Universitari General de Catalunya, Hospital Quirónsalud Sagrat Cor, etc.

El Grup treballa en la promoció de la docència (vuit dels seus hospitals són universitaris) i la investigació mèdic-científica (compta amb l'Institut d'Investigació Sanitària de la FJD, acreditat per la Secretaria d'Estat d'Investigació, Desenvolupament i Innovació).

Així mateix, el seu servei assistencial està organitzat en unitats i xarxes transversals que permeten optimitzar l'experiència acumulada en els diferents centres i la translació clínica de les seves investigacions. Actualment, Quirónsalud està desenvolupant multitud de projectes d'investigació a tot Espanya i molts dels seus centres realitzen en aquest àmbit una feina puntera, sent pioners en diferents especialitats com oncologia, cardiologia, endocrinologia, ginecologia i neurologia, entre d'altres.

Per més informació:  
Comunicació  
Pilar Rosas  
93 587 93 93  
65 681 16 45