

## ¿Sabías qué?

Escrito por Adraemond - 22/12/2021 20:58

---

¿Conoces el término parasomnias?

“Parasomnia” es un término general para los comportamientos inusuales<sup>1</sup> que las personas experimentan antes de quedarse dormidas, mientras duermen o durante el período de excitación entre el sueño y la vigilia. Estos comportamientos varían considerablemente en términos de características, gravedad y frecuencia.

---