

## INDICE

Prólogo	7
<b>Una exposición para comprender</b>	
Sueño normal e insomnio	9
El sueño y su evaluación	10
Mecanismos neurofisiológicos y neuroquímicos	23
El insomnio Crónico	37
Psicopatología del insomnio crónico	51
Neurosis y psicoterapia	54
Neurobiología de las neurosis	70
Mecanismos psicológicos y fisiológicos del insomnio	90
<b>Anexos</b>	
Glosario	107
Bibliografía	113
Índice onomástico y de materias	115