



21658 - HISTORIA DEL ORIGEN DEL TÉRMINO PESADILLA. ETIMOLOGÍA Y REFERENCIAS A SU SIGNIFICADO

González Manero, A.¹; Peinado Postigo, F.²; Navarro Muñoz, S.²; López Perona, E.³; Martín Álvarez, R.²; Botía Paniagua, E.²

¹Servicio de Neurología. Complejo Hospitalario La Mancha Centro. Hospital de Tomelloso; ²Servicio de Neurología. Hospital General La Mancha Centro; ³Servicio de Neurología. Hospital de Tomelloso.

Resumen

Objetivos: Las pesadillas son parasomnias relacionadas con el sueño REM. Se describen como sueños vívidos, con contenido amenazante, perturbador, desagradable, que provocan angustia, miedo o terror. Además de los síntomas emocionales conllevan sensación de opresión precordial incluso disnea.

Material y métodos: Hasta cerca del siglo XVIII se las consideraba obra de monstruos que se sentaban sobre el pecho del durmiente. De hecho, la palabra pesadilla en castellano viene de “peso”, del latín “pensare” (sopesar o pesar) y el sufijo para diminutivo “-illa”; sería pues “pesar pequeño” u “opresión pequeña”, por su analogía con la sensación de sentir un peso en el estómago incluso con dificultad para respirar o sensación asfixiante. Dado que se producen durante el sueño REM se acompañan de la atonía característica de esta fase, que se interpretaba como posesión demoníaca del sujeto.

Resultados: Su nombre en inglés *nightmare* y en alemán *Nachtmahr* se decía que venía del nombre del caballo de Mefistófeles. Según estudios etimológicos, se ha propuesto que en anglosajón proviene del vocablo del inglés medieval, compuesto por los términos *night* (noche) y *mare* (del inglés del siglo V que se traduce como “yegua”, “lado oscuro de la luna” o “espíritu femenino malvado”), es decir significaría: 1) yegua de la noche, 2) oscuridad lunar de la noche o 3) íncubo de la noche.

Conclusión: Se estima que al menos el 70-90% de la población ha tenido como mínimo una pesadilla. Se consideran un trastorno cuando resultan disruptivas por su frecuencia, intensidad y/o afectación del descanso y bienestar del sujeto.