


- [Quiénes somos](#)
- [Subscribe](#)
- [Donate](#)
- [English](#)
- [More](#)
- 
- [Información general sobre trasplantes](#)
  - [¿Qué es un trasplante de células madre sanguíneas?](#)
  - [Enfermedades tratadas mediante trasplante](#)
  - [Preparación para el trasplante](#)
    - [Cómo elegir el centro de trasplante](#)
    - [Pruebas anteriores al trasplante](#)
    - [Cómo se obtienen la médula ósea y las células madre](#)
    - [En busca de un donante de médula ósea o células madre](#)
    - [Donantes emparentados](#)
    - [Donantes no emparentados](#)
      - [Donación de sangre de cordón umbilical](#)
    - [Retos emocionales](#)
    - [Cómo preparar a familiares y amigos](#)
    - [Asuntos financieros y relacionados con el seguro](#)
    - [Proteja su fertilidad](#)
    - [Prepárese para el trasplante de su hijo](#)
  - [La función del familiar cuidador](#)
  - [El trasplante y el período de recuperación temprana](#)
    - [Tratamiento de preparación o acondicionamiento](#)
    - [Día del trasplante](#)
    - [Período de recuperación temprana](#)
  - [Enfermedad injerto contra huésped \(GVHD\)](#)
  - [Volver a casa](#)
    - [Preparación de un hogar seguro](#)
    - [Cómo prevenir una infección](#)
    - [Nutrición después de un trasplante](#)
    - [Retos emocionales después de un trasplante](#)
    - [Empleo y salud financiera](#)
    - [Cómo ayudar a los niños a salir adelante](#)
  - [Complicaciones a largo plazo después de un trasplante](#)
    - [Problemas de aprendizaje y memoria](#)
    - [Astenia crónica y problemas para dormir](#)
    - [Salud sexual después de un trasplante](#)
    - [Neuropatía periférica](#)
    - [Efectos a largo plazo en órganos y tejidos](#)
    - [Segundo cáncer primario](#)
    - [Efectos a largo plazo de un trasplante pediátrico](#)
    - [Recadas](#)
  - [Vida después de un trasplante](#)
    - [Guías prácticas a largo plazo](#)
    - [Ser padres después de un trasplante](#)
    - [Cadena de favores](#)
- [Centros de Trasplante](#)
  - [Formulario de Búsqueda de Centros de Trasplante](#)
- [Obtenga ayuda](#)
  - [Hable con un Sobreviviente o un Cuidador Familiar](#)
  - [Directorio de Recursos](#)
  - [Historias](#)
    - [Mieloma Múltiple / Leucemia Mielógena Aguda: La Historia de Jim](#)
    - [La Historia de Braulio](#)
    - [La historia de Alicia](#)
    - [La historia de Nancy](#)
    - [La historia de Matt](#)
    - [La historia de Barry y Hope](#)

- [La historia de Thomas](#)
  - [La historia de Vicki y Randy](#)
- [Videos de Aprendizaje](#)
- [Publicaciones y Productos](#)
  - [Books](#)
    - [Autologous Stem Cell Transplants: A Handbook for Patients](#)
    - [Bone Marrow and Blood Stem Cell Transplants: A Guide for Patients](#)
    - [Trasplantes de MÃ©dula Ã©sea y de CÃ©lulas Madre SanguÃ©neas: Una GuÃ­a Para Pacientes y sus Seres Queridos](#)
    - [Graft-versus-Host Disease What to Know, What to Do](#)
    - [Enfermedad Injerto contra HuÃ©sped:Ã QuÃ© necesita saber. QuÃ© necesitaÃ hacer.](#)
  - [Brochures](#)
    - [BMT InfoNet's Resource Directory](#)
    - [Living Well After Transplant](#)
  - [T-Shirts](#)
  - [Gifts Items](#)
    - [Circle of Life charm](#)
  - [Donate Now](#)
- [Get Involved](#)
  - [Volunteer](#)



## Search form

Search

**BMT** *in*fonet.org

- [InformaciÃ³n general sobre trasplantes](#)
  - [Ã QuÃ© es un trasplante de cÃ©lulas madre sanguÃ©neas?](#)
  - [Enfermedades tratadas mediante trasplante](#)
  - [PreparaciÃ³n para el trasplante](#)
    - [CÃ³mo elegir el centro de trasplante](#)
    - [Pruebas anteriores al trasplante](#)
    - [CÃ³mo se obtienen la mÃ©dula Ã©sea y las cÃ©lulas madre](#)
    - [En busca de un donante de mÃ©dula Ã©sea o cÃ©lulas madre](#)
    - [Donantes emparentados](#)
    - [Donantes no emparentados](#)
      - [DonaciÃ³n de sangre de cordÃ³n umbilical](#)
    - [Retos emocionales](#)
    - [CÃ³mo preparar a familiares y amigos](#)
    - [Asuntos financieros y relacionados con el seguro](#)
    - [Proteja su fertilidad](#)
    - [PrepÃ¡rese para el trasplante de su hijo](#)
  - [La funciÃ³n del familiar cuidador](#)
  - [El trasplante y el perÃ³do de recuperaciÃ³n temprana](#)
    - [Tratamiento de preparaciÃ³n o acondicionamiento](#)
    - [DÃ­a del trasplante](#)
    - [PerÃ³do de recuperaciÃ³n temprana](#)
  - [Enfermedad injerto contra huÃ©sped \(GVHD\)](#)
  - [Volver a casa](#)
    - [PreparaciÃ³n de un hogar seguro](#)
    - [CÃ³mo prevenir una infecciÃ³n](#)
    - [NutriciÃ³n despuÃ©s de un trasplante](#)
    - [Retos emocionales despuÃ©s de un trasplante](#)
    - [Empleo y salud financiera](#)
    - [CÃ³mo ayudar a los niÃ±os a salir adelante](#)

- [Complicaciones a largo plazo después de un trasplante](#)
  - [Problemas de aprendizaje y memoria](#)
  - [Astenia crónica y problemas para dormir](#)
  - [Salud sexual después de un trasplante](#)
  - [Neuropatía periférica](#)
  - [Efectos a largo plazo en órganos y tejidos](#)
  - [Segundo cáncer primario](#)
  - [Efectos a largo plazo de un trasplante pediátrico](#)
  - [Recaídas](#)
- [Vida después de un trasplante](#)
  - [Guías médicas a largo plazo](#)
  - [Ser padres después de un trasplante](#)
  - [Cadena de favores](#)
- [Centros de Trasplante](#)
  - [Formulario de Búsqueda de Centros de Trasplante](#)
- [Obtenga ayuda](#)
  - [Hable con un Sobreviviente o un Cuidador Familiar](#)
  - [Directorio de Recursos](#)
  - [Historias](#)
    - [Mieloma Múltiple / Leucemia Mielógena Aguda: La Historia de Jim](#)
    - [La Historia de Braulio](#)
    - [La historia de Alicia](#)
    - [La historia de Nancy](#)
    - [La historia de Matt](#)
    - [La historia de Barry y Hope](#)
    - [La historia de Thomas](#)
    - [La historia de Vicki y Randy](#)
- [Videos de Aprendizaje](#)
- [Publicaciones y Productos](#)
  - [Books](#)
    - [Autologous Stem Cell Transplants: A Handbook for Patients](#)
    - [Bone Marrow and Blood Stem Cell Transplants: A Guide for Patients](#)
    - [Trasplantes de Médula ósea y de Células Madre Sangu neas: Una Gu a Para Pacientes y sus Seres Queridos](#)
    - [Graft-versus-Host Disease What to Know, What to Do](#)
    - [Enfermedad Injerto contra Hu sped:   Qu  necesita saber. Qu  necesita hacer.](#)
  - [Brochures](#)
    - [BMT InfoNet's Resource Directory](#)
    - [Living Well After Transplant](#)
  - [T-Shirts](#)
  - [Gifts Items](#)
    - [Circle of Life charm](#)
  - [Donate Now](#)
- [Get Involved](#)
  - [Volunteer](#)

## Search form

Search

## Astenia crónica y problemas para dormir

La astenia crónica y los problemas para dormir son frecuentes después de un trasplante.

## You are here

- [Inicio](#)
- [Astenia crónica y problemas para dormir](#)

Compartir esta página ↵

Share This Page

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- [¿Qué es un trasplante de células madre sanguíneas?](#)
- [Enfermedades tratadas mediante trasplante](#)
- [Preparación para el trasplante](#)
  - [Cómo elegir el centro de trasplante](#)
  - [Pruebas anteriores al trasplante](#)
  - [Cómo se obtienen la médula ósea y las células madre](#)
  - [En busca de un donante de médula ósea o células madre](#)
  - [Donantes emparentados](#)
  - [Donantes no emparentados](#)
    - [Donación de sangre de cordón umbilical](#)
  - [Retos emocionales](#)
  - [Cómo preparar a familiares y amigos](#)
  - [Asuntos financieros y relacionados con el seguro](#)
  - [Proteja su fertilidad](#)
  - [Prepárese para el trasplante de su hijo](#)
- [La función del familiar cuidador](#)
- [El trasplante y el período de recuperación temprana](#)
  - [Tratamiento de preparación o acondicionamiento](#)
  - [Día del trasplante](#)
  - [Período de recuperación temprana](#)
- [Enfermedad injerto contra huésped \(GVHD\)](#)
- [Volver a casa](#)
  - [Preparación de un hogar seguro](#)
  - [Cómo prevenir una infección](#)
  - [Nutrición después de un trasplante](#)
  - [Retos emocionales después de un trasplante](#)
  - [Empleo y salud financiera](#)
  - [Cómo ayudar a los niños a salir adelante](#)
- [Complicaciones a largo plazo después de un trasplante](#)
  - [Problemas de aprendizaje y memoria](#)
  - [Astenia crónica y problemas para dormir](#)
  - [Salud sexual después de un trasplante](#)
  - [Neuropatía periférica](#)
  - [Efectos a largo plazo en órganos y tejidos](#)
  - [Segundo cáncer primario](#)
  - [Efectos a largo plazo de un trasplante pediátrico](#)
  - [Recadas](#)
- [Vida después de un trasplante](#)
  - [Guías médicas a largo plazo](#)
  - [Ser padres después de un trasplante](#)
  - [Cadena de favores](#)