

## Dormir bien

No especificado (2020) *Dormir bien*. [Video]

El texto completo no está disponible en este repositorio.

URL Oficial: <https://www.youtube.com/watch?v=0VF92ibOsis>

### Resumen

El Dr. Daniél Álvarez, neurólogo y director del Laboratorio del Sueño de nuestra Clínica Universitaria Reina Fabiola, nos da consejos para un buen sueño en épocas de aislamiento.

**Tipo de documento:** Video

**Palabras clave:** Aislamiento social preventivo y obligatorio. Sueño. Descanso. Daniel Álvarez.

**Temas:** [H Ciencias Sociales > HV Patología social. Social y el bienestar público](#)  
[R Medicina > R Medicina \(General\)](#)

**Unidad Académica:** [Universidad Católica de Córdoba > Facultad de Ciencias de la Salud](#)  
[Universidad Católica de Córdoba > Secretaría de Coordinación y Comunicación Institucional](#)