

Pós-Graduação em Sono Infantil e Juvenil - 1ª edição

	Responsável	Conteúdos	Docente	Dia	Hora	Regime
<b>ABERTURA DA PG</b>		Apresentação do Curso e Corpo Docente	Joana Marques	09-out	16h30-17h30	P L A T A F O R M A  T E A M S  -  1 0 0 %  O N L I N E
<b>Aspetos Fundamentais do Sono (18h)</b>	Rosário Ferreira	O sono "visto por dentro" - a evolução do conhecimento na área do sono	Rosário Ferreira	10-out	9h-13h	
		Especificidades do sono na 1ª infância	Rosário Ferreira	10-out	14h-18h	
		Aspetos psiquiátricos e psicológicos do sono	Ana Santa Clara	24-out	9h-13h TP	
		O impacto da doença no sono das crianças e jovens	Lia Oliveira	24-out	14h-16h	
		Especificidades do sono na 2ª infância	Rosário Ferreira	07-nov	9h-12h	
<b>O sono na infância - avaliação e intervenção atempada (30h)</b>	Maria Serra Brandão	O sono do recém-nascido/bebé (0-3 meses): o 4º trimestre	Maria Serra Brandão	20-nov	16h30-20h30	
		Sono e questões de desenvolvimento	Mafalda Leitão	27-nov	16h30-20h30	
		Sono e alimentação: da amamentação à diversificação alimentar	Helena Loureiro	08-jan	16h30-20h30	
		Distúrbios orgânicos versus distúrbios comportamentais	Helena Loureiro	09-jan	9h-13h	
		O ambiente de sono promotor de um sono seguro	Ana Correia	09-jan	14h-18h	
		O sono da família: boas práticas de sono (ecrãs, tecnologias: 2 aos 12);	Rita Rocha Alves	22-jan	16h30-20h30	
		O sono do bebé (4 aos 24 meses): hábitos, rotinas, regressões	Teresa Sousa	23-jan	9h-13h (TP)	
<b>O sono na adolescência - uma questão de saúde pública (22h)</b>	Rita Rocha Alves	Problemas na hora de deitar (e de madrugada): limites, medos, pesadelos (2-12 anos)	Teresa Sousa	23-jan	14h-18h (TP)	
		Adolescência e seus desafios físicos, psicossociais e ambientais: Sono, comportamento e contextos, nos adolescentes	Rita Rocha Alves	30-jan	9h-13h	
		As principais doenças do sono no adolescente e co-morbilidades: perturbação respiratória do sono, sonolência diurna excessiva, obesidade, síndrome metabólica. Transição para a Medicina de Adultos	Rosário Ferreira	19-fev	16h30-20h30	
		O impacto do estado nutricional e as escolhas alimentares no sono dos adolescentes, crononutrição	Raquel Silva	20-fev	9h-11h	
		O impacto do lazer ativo (ou ausência do mesmo) e da auto-imagem no sono dos adolescentes	Fábio Botelho Guedes	20-fev	11h-13h	
		Sono, rendimento escolar e qualidade de vida – Fatores biopsicossociais e ambientais relacionados com a qualidade de vida em geral, perspetiva ecológica do rendimento escola, relação com o estilo de vida e hábitos de sono	Tânia Gaspar	20-fev	14h-18h	
<b>Avaliação e Patologias do sono da infância à adolescência (40h)</b>	Rosário Ferreira	Caracterização sono adolescentes: ritmo circadiano, cronotipo, aspetos eletrofisiológicos, alterações nesta fase da vida; Amigos do sono: regras higiene de sono: horas de sono, justificação fisiológica, atividade física, intervenção parental; inimigos: comportamentos adição e sua influência no sono; uso de ecrãs, isolamento social, acidentes, repercussão escolar	Helena Loureiro	06-mar	9h-13h (TP)	
		Perturbações do sono nos adolescentes	Rita Rocha Alves	06-mar	14h-18h (TP)	
		Doenças do sono e significado clínico	Rosário Ferreira	12-mar	16h30-18h30	
		Clínica das doenças do sono	Rosário Ferreira	12-mar	18h30-20h30	
		Perturbações do ritmo circadiano	Rosário Ferreira	13-mar	9h-11h	
		Hipersónias causa central	Rosário Ferreira	13-mar	11h-13h	
		Casos clínicos interativos	Rosário Ferreira	13-mar	14h-16h TP	
		Impacto do sono na saúde mental das crianças e adolescentes	Mafalda Leitão	13-mar	16h-18h	
		Laboratório Pediátrico do Sono	Lia Oliveira	09-abr	16h30-20h30	
		Parassónias e Insónia do adolescente	Lia Oliveira	10-abr	9h-11h	
		Casos clínicos interativos	Lia Oliveira	10-abr	11h-13h	
		Insónia na criança	Rosário Ferreira	10-abr	14h-18h	
		Clube de Leitura	Rosário Ferreira	16-abr	16h30-18h30	
		Perturbações do movimento associadas ao sono	Rosário Ferreira	16-abr	18h30-20h30	
		Perturbação respiratória do sono	Rosário Ferreira	17-abr	9h-13h	
		Casos clínicos interativos	Rosário Ferreira	17-abr	14h-16h TP	
		Terapêutica em odontopediatria	Joana Frois	08-mai	9h-10h	
Terapêutica cirúrgica	Teresa Queiroz	08-mai	10h-11h			
Casos clínicos interativos	Teresa Queiroz, Joana Frois	08-mai	11h-13h TP			
Terapêutica miofuncional	Inês Mendes	08-mai	14h-16h			
Perturbação do sono e nutrição	Juliana Laureano	08-mai	16h-18h			
<b>Intervenção no sono - promoção de hábitos de sono saudáveis (30h)</b>	Helena Loureiro	O profissional do sono (o que é um especialista em sono - competências e características; desafios); como organizar uma consulta de sono (avaliação, planeamento, parceria com os pais)	Inês Santos	21-mai	16h30-20h30	
		Contextos de intervenção: contextos educativos e comunitários	Leonor Rato	22-mai	9h-13h	
		Estratégias e planos de sono; Abordagens para intervenção no sono	Inês Santos	22-mai	14h-18h	
		Promoção de um ambiente protetor do sono em contexto hospitalar	Helena Loureiro	04-jun	16h30-20h30	
		Casos práticos - 4 meses aos 2 anos	Teresa Sousa	05-jun	9h-13h TP	
		Casos práticos - 2 aos 12 anos	Teresa Sousa	05-jun	14h-18h TP	
		Promoção de hábitos de sono saudáveis no adolescente - casos clínicos	Rita Rocha Alves	19-jun	9h-13h TP	
Intervenção na criança/jovem com patologia do sono - casos clínicos	Helena Loureiro	19-jun	14h-16h TP			
<b>Projeto de Intervenção (8T + 24OT + 28h S)</b>	Joana Marques	Apresentação trabalhos 1º Curso; Como realizar um projeto de intervenção - etapas; Etapas de um projeto de intervenção - etapas	Joana Marques	23-out	14h30-20h30	
		Questionários	Helena Loureiro	06-nov	16h30-18h30	
		Orientação tutorial	JM/HL	06-nov	18h30-20h30	
		Orientação tutorial	JM/HL	21-nov	9h-13h; 14h-18h	
		Apresentação dos pré-projetos	JM/HL	18-dez	16h30-20h30	
		Apresentação dos pré-projetos	JM/HL	19-dez	9h-13h; 14h-18h	
		Orientação tutorial	JM/HL	29-jan	16h30-20h30	
		Orientação tutorial	JM/HL	05-mar	16h30-20h30	
		Orientação tutorial	JM/HL	17-abr	9h-13h; 14h-16h	
		Apresentação dos projetos finais	JM/HL	25-jun	9h-13h; 14h-18h	
		Apresentação dos projetos finais	JM/HL	25-jun	9h-13h; 14h-18h	