

## CURSO ON-LINE – ACTIGRAFIA

O curso oferece ao aluno atividades remotas teóricas e práticas, com intuito de promover treinamento e atualização da actigrafia.

### Objetivos do curso:

- Proporcionar conhecimento básico dos ritmos biológicos e análises do ciclo atividade-reposou por meio da actigrafia.
- Promover treinamento de profissionais da área da saúde para utilização, leitura, interpretação dos dados e inferências de distúrbios de ritmo e de sono mais comuns por meio do uso do actígrafo.
- Demonstrar a análise detalhada do actograma e a elaboração do laudo ou do relatório por meio dos resultados obtidos.
- Capacitar o aluno na elaboração do diário do sono individual e generalizado.

### Detalhes do Curso

**Coordenação:** Dra. Fernanda Narciso

**Corpo Docente:** sujeito a alteração

Ana Amélia Benedito-Silva - Professora Associada na Universidade de São Paulo, com Doutorado em Engenharia de Sistemas pela Escola Politécnica da Universidade de São Paulo.

Bruno Gonçalves - Tecnólogo em Saúde, com Pós-doutorado em Cronobiologia e em Psiquiatria pela Universidade de São Paulo e pela Universidade Federal de São Paulo.

Fernanda Narciso - Coordenadora e Docente no Centro Universitário Mário Palmério, com Pós-doutorado em Ciências do Esporte pela Universidade Federal de Minas Gerais.

**Público-alvo:** alunos de Graduação, Pós-graduação e profissionais da área da saúde

**Metodologia:** aulas remotas teóricas e práticas

**Carga horária:** 12 horas

**Quando:** dias 04 e 25/10/2020

**Matrícula:** R\$ 280,00

**Investimento:** R\$ 280,00 (com 10% de desconto para alunos e ex-alunos de cursos regulares do Instituto do Sono)

**Matrícula + Investimento:** R\$ 560,00

### Programação preliminar

DOMINGO – 04/10/2020

09h30 - 12h30	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Introdução aos ritmos biológicos: sistema de temporização interna e ritmo das variáveis fisiológicas</li> <li>- Ritmos Biológicos: fisiologia, ritmo atividade-reposo</li> <li>- Métodos consolidados e atuais de análise do ritmo vigília-sono</li> </ul>
12h30 - 14h00	Intervalo
14h00 - 16h00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- O uso prático do actígrafo: aspectos técnicos e práticos (manuseio, utilização, dicas de uso)</li> <li>- O diário do sono</li> <li>- Informações e Interpretação dos resultados do actograma</li> <li>- Análise das variáveis do ciclo vigília-sono</li> </ul>
16h00 - 16h30	Intervalo
16h30 - 17h30	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Distúrbios de ritmo e possíveis distúrbios de sono: inferência por meio da actigrafia</li> <li>- Elaboração de laudos/relatórios</li> </ul>

DOMINGO – 25/10/2020

09h30 - 12h30	- Análise teórico-prática da actigrafia por meio do Método Cosinor
12h30 - 14h00	Intervalo
14h00 - 16h00	- Análise do ritmo de atividade e repouso: actograma, perfil diário médio, periodograma e análises não-paramétricas - Parte 1
16h00 - 16h30	Intervalo
16h30 - 17h30	- Análise do ritmo de atividade e repouso: actograma, perfil diário médio, periodograma e análises não-paramétricas – Parte 2