

## CURSO HÍBRIDO – PRINCÍPIOS BÁSICOS DA ACTIGRAFIA

A actigrafia é um instrumento utilizado para registrar e estudar o ritmo de atividade e de repouso e estimar o sono de forma objetiva, sendo muito útil no acompanhamento terapêutico e no auxílio ao diagnóstico. Apesar de ser um instrumento muito importante e amplamente usado, há a necessidade de uma padronização metodológica para expandir o conhecimento dessa técnica e a variabilidade na análise e interpretação de seus achados (Consenso Brasileiro de Actigrafia, 2021). A actigrafia tem sido empregada há mais de 50 anos e, no Brasil, seu uso começou no final da década de 90.

O presente curso oferecido pelo Instituto do Sono visa introduzir fundamentos teóricos e práticos dessa tecnologia aos profissionais da saúde, pesquisadores e estudantes. Durante o curso, os alunos serão apresentados aos conceitos básicos de funcionamento do dispositivo, análise e interpretação de seus achados, bem como à sua aplicação prática em contextos clínicos e de pesquisa.

**Objetivos do Curso:** capacitar profissionais da saúde nos princípios básicos do conhecimento em actigrafia, em seus padrões metodológicos, e promover treinamento básico para seu uso e interpretação dos resultados.

Obs.: o curso não se propõe a ser um curso técnico para formar profissionais para a emissão de laudos e relatórios.

**Coordenação:** Julia Vallim e Priscila Morelhão.

**Corpo Docente:** sujeito a alteração

Bárbara Conway - Psicóloga, Mestranda no programa de Pós-Graduação em Psiquiatria da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo e coautora do Consenso Brasileiro de Actigrafia.

Guilherme Umemura - Educador físico, Pós Doutorando pela Universidade de São Paulo, Pesquisador do Laboratório de Biomecatrônica da Escola Politécnica da Universidade de São Paulo.

Gustavo Moreira - Pediatra, certificado em Medicina do Sono pela Associação Médica Brasileira, com Doutorado em Ciências pelo Departamento de Psicobiologia da Universidade Federal de São Paulo.

Julia Vallim - Bióloga, Pós Doutoranda pela Universidade Federal de São Paulo, pesquisando parâmetros populacionais e padrões em registros de actigrafia, com enfoque na avaliação ritmos biológicos como alvo para o auxílio ao diagnóstico, a prevenção de doenças ou acompanhamento terapêutico.

Ksdy Sousa - Psicóloga, especialista em Neuropsicologia, certificada em Psicologia do Sono pela Associação Brasileira do Sono, com Doutorado em Ciências pelo Departamento de Psicobiologia da Universidade Federal de São Paulo.

Priscila Morelhão - Fisioterapeuta, Pós-doutorado com Ênfase em Medicina do Sono na Universidade Federal de São Paulo.

**Público-alvo:** profissionais da saúde e alunos de pós-graduação.

**Metodologia:** Aulas teóricas e práticas.

Obs.: as aulas teóricas serão gravadas e após 7 dias da aula, disponibilizadas para acesso pelo período de 21 dias.

**Carga horária:** 24 horas

**Quando:** a definir

**Matrícula:** R\$420,00

**Mensalidades:** R\$840,00 (2 mensalidades de R\$420,00 no cartão de crédito com 10% de desconto para alunos e ex-alunos de cursos regulares do Instituto do Sono - AFIP).

**Investimento Total:** R\$1.260,00

### Programação Preliminar

#### MÓDULO TEÓRICO

SÁBADO –

08h00 - 08h30	Abertura do curso
08h30 - 10h00	Introdução à cronobiologia: sistema de temporização humano, Ritmicidade de variáveis fisiológicas e condições de desajuste e distúrbios de ritmo circadiano
10h00 - 12h00	Introdução à actigrafia: especificações técnicas, métodos de extração dos dados e recomendações práticas
12h00 - 13h00	Intervalo
13h00 – 15h00	Finalidades de uso da actigrafia: estimar vigília-sono: variáveis de sono, Algoritmos de detecção de estados, comparativo com polissonografia e variáveis auxiliares (luz, temperatura e diário de sono)
15h00 – 17h00	Finalidades de uso da actigrafia: avaliação de ritmos: actograma, periodograma, análise paramétrica – método COSINOR e análise não paramétrica

#### MÓDULO TEÓRICO-PRÁTICO

DOMINGO –

08h00 – 11h00	Prática: configuração do dispositivo (início e término da coleta, salvar dados), diário de sono, pontuação do sono (critérios de decisão graduada), seleção de episódios de sono e estatísticas, actograma e periodograma, análise paramétrica e análise não paramétrica
11h00 – 12h00	Prática: conteúdo e interpretação de laudos/relatórios
12h00 - 13h00	Intervalo
13h00 - 15h00	Actigrafia na prática clínica em adultos: distúrbios de ritmo circadiano e insônia. Discussão de casos clínicos
15h00 - 17h00	Actigrafia na prática clínica em adultos: fragmentação de sono, narcolepsia, síndrome do sono insuficiente. Discussão de casos clínicos

DOMINGO –

08h00 - 10h00	Actigrafia na prática clínica: transtornos psiquiátricos. Discussão de casos clínicos
10h00 - 12h00	Diferenças ontogenéticas: actigrafia em idosos
12h00 - 13h00	Intervalo
13h00 - 15h00	Diferenças ontogenéticas: actigrafia na criança e adolescente. Discussão de casos clínicos
15h00 – 16h00	Atualizações sobre a pesquisa com actigrafia e perspectivas futuras
16h00 – 17h00	Avaliação do curso

Observação: haverá um intervalo de 15 minutos a cada 2 hora de explanação.