

CURSO HÍBRIDO – II 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. 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. **O curso acontecerá no formato híbrido (o aluno escolhe se participará da aula de forma online ao vivo ou presencial).**

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 certificada em Psicologia do Sono pela Associação Brasileira do Sono e Sociedade Brasileira de Psicologia, Mestre em Ciências pela Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo (FMUSP); coautora do Consenso Brasileiro de Actigrafia.

Guilherme Umemura - Educador Físico, Pós Doutorando pela Universidade de São Paulo; Pesquisador do Laboratório de Biomecânica 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 - Biomédica, Pós Doutoranda pela Universidade Federal de São Paulo, pesquisando parâmetros populacionais e padrões em registros de actigrafia com enfoque na avaliação de 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: 16 horas

Quando: 17 e 18/10/2026

Investimento: R\$1.000,00 (2 mensalidades de R\$500,00) com 10% de desconto para alunos e ex-alunos da AFIP

Programação Preliminar

MÓDULO TEÓRICO

SÁBADO – 17/10/2026 - HÍBRIDO

08h00 - 08h30	Abertura do curso
08h30 - 10h00	Introdução à cronobiologia, fisiologia circadiana humana e condições de desajuste
10h00 - 10h30	Introdução à actigrafia: especificações técnicas e recomendações práticas
10h45 - 12h00	Finalidades de uso da actigrafia: estimar vigília-sono: métodos de extração de dados, variáveis de sono, Algoritmos de detecção de estados, comparativo com polissonografia e variáveis auxiliares (luz, temperatura e diário de sono)
12h00 - 13h00	Intervalo
13h00 - 15h00	Finalidades de uso da actigrafia: avaliação de ritmos: actograma, periodograma, análise paramétrica – método COSINOR e análise não paramétrica
15h00 - 17h00	Actigrafia na prática clínica em adultos: distúrbios de ritmo circadiano, insônia, fragmentação de sono, narcolepsia, síndrome do sono insuficiente. Discussão de casos clínicos

MÓDULO TEÓRICO-PRÁTICO

DOMINGO – 18/10/2026 - HÍBRIDO

08h00 - 09h00	Actigrafia na prática clínica: transtornos psiquiátricos. Discussão de casos clínicos
09h00 - 10h00	Actigrafia em idosos. Discussão de casos clínicos
10h00 - 11h00	Actigrafia na criança e adolescente. Discussão de casos clínicos
11h00 - 12h00	Atualizações sobre a pesquisa com actigrafia e perspectivas futuras
12h00 - 13h00	Intervalo
13h00 - 15h00	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
15h00 - 16h00	Prática: conteúdo e interpretação de laudos/relatórios
16h00 - 17h00	Avaliação do curso e encerramento

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