



**PÓS-GRADUAÇÃO EM
PSICOLOGIA DO SONO – B-LEARNING**

**2.ª EDIÇÃO
PROGRAMAÇÃO**

Módulo	Tema	Docente(s)	Mês	Dia	Dia da Semana	Horário
Sessão de abertura (2h)		Helena Rebelo Pinto Teresa Paiva	Janeiro	11	3.ª feira	17h30 às 20h30
Módulo I Funções e regulação do sono (20h)	1. Fisiologia e neurofisiologia do sono	Ana Rita Peralta		13	5.ª feira	17h30 às 21h30
	2. Ritmos circadianos	Cátia Reis		18	3.ª feira	17h30 às 21h30
	3. Privação de sono e performance	Cátia Reis John Axelsson (palestrante convidado)		20	5.ª feira	17h30 às 21h30
	4. Sono e regulação emocional	Augusta Gaspar		25	3.ª feira	17h30 às 21h30
Augusta Gaspar Brigitte Holzinger (palestrante convidado)		27		5.ª feira	17h30 às 21h30	
Módulo II Contributos da Psicologia para o estudo do sono (12h)	1. Quadros teóricos e metodologias em Psicologia do Sono	Teresa Rebelo Pinto	Fevereiro	8	3.ª feira	17h30 às 20h30
	2. Processos psicológicos e sono	Helena Rebelo Pinto Carolina Maruta		10	5.ª feira	17h30 às 20h30
	3. Campos de aplicação e competências específicas	Teresa Rebelo Pinto		15	3.ª feira	17h30 às 20h30
	4. Multidisciplinaridade e aspetos éticos	Carolina Maruta		17	5.ª feira	17h30 às 20h30
Módulo III Sono ao longo do ciclo de vida (16h)	1. Infância	Teresa Rebelo Pinto	Março	3	5.ª feira	17h30 às 21h30
	2. Adolescência	Cátia Reis		8	3.ª feira	17h30 às 21h30
	3. Idade adulta: o sono na mulher	Carolina Maruta		10	5.ª feira	17h30 às 21h30
	4. Envelhecimento	Filipa Ribeiro		15	3.ª feira	17h30 às 21h30



CATOLICA

FACULDADE DE CIÊNCIAS HUMANAS
ESCOLA DE PÓS-GRADUAÇÃO E FORMAÇÃO AVANÇADA

LISBOA

Módulo	Tema	Docente(s)	Mês	Dia	Dia da Semana	Horário
Módulo IV Sono e vida quotidiana (12h)	1. Sono e família	Helena Rebelo Pinto	Março	17	5.ª feira	17h30 às 20h30
	2. Sono e novas tecnologias	Carolina Maruta Erna Sif Arnadottir (invited speaker)		22	3.ª feira	17h30 às 20h30
	3. Sono e trabalho	Cátia Reis		24	5.ª feira	17h30 às 20h30
	4. Industrialização e cultura afectando o sono	Cátia Reis Luisa Klaus Pilz (invited speaker)		29	3.ª feira	17h30 às 20h30
Módulo V Perturbações do sono, terapêutica e intervenções comportamentais (36h)	1. Insónia	Helena Rebelo Pinto Teresa Paiva	Abril	7	3.ª feira	17h30 às 21h30
	2. Perturbações do ritmo circadiano sono-vigília	Cátia Reis		26	5.ª feira	17h30 às 21h30
	3. Sono e patologia psiquiátrica	Ana Santa Clara		28	3.ª feira	17h30 às 21h30
	4. Sono e distúrbios pediátricos	Rosário Ferreira	Maio	3	3.ª feira	17h30 às 21h30
	5. Perturbações respiratórias do sono	Richard Staats Invited speaker working in adaptation to CPAP therapy		5	5.ª feira	17h30 às 21h30
		Gabriela Videira Joana Vaz de Castro		10	3.ª feira	17h30 às 21h30
	6. Patologias do movimento	Ana Rita Peralta		12	5.ª feira	17h30 às 21h30
	7. Parassónias e hipersónias	Dulce Neutel		17	3.ª feira	17h30 às 21h30
8. Sono e outras condições médicas	Ana Rita Peralta	19	5.ª feira	17h30 às 21h30		



Módulo	Tema	Docente(s)	Mês	Dia	Dia da Semana	Horário
Module VI Avaliação e registo de sono (20h)	1. Abordagem da psicologia clínica às perturbações do sono	Teresa Rebelo Pinto	Maio	31	3.ª feira	17h30 às 21h30
	2. Avaliação psicológica	Joana Carneiro Pinto	Junho	2	5.ª feira	17h30 às 21h30
	3. Avaliação neuropsicológica	Carolina Maruta		7	3.ª feira	17h30 às 21h30
	4. Registos neurofisiológicos	Sofia Rebocho		9	5.ª feira	17h30 às 21h30
Seminário (8h)	Seminário presencial com palestrantes convidados das áreas da psicologia do sono/medicina do sono comportamental	Erna Sif Arnadouttir Till Roenneberg John Axelsson Brigitte Holzinger		16	5.ª feira	16h00 às 18h00*
				17	6.ª feira	10h00 às 13h00 14h00 às 17h00**
Module VII Contextos de aplicação (6h)	1. Instituições educativas	Carolina Maruta		21	3.ª feira	17h30 às 21h30
	2. Centros do sono e instituições de saúde	Carla Bentes		23	5.ª feira	17h30 às 21h30
Workshop I Tratamento cognitivo-comportamental na insónia ~ (8h)		Teresa Rebelo Pinto		28	3.ª feira	17h30 às 21h30
				30	5.ª feira	17h30 às 21h30
Workshop II Programas de intervençãoe educação de sono (8h)		Teresa Rebelo Pinto Cátia Reis		Julho	5	3.ª feira
			7		5.ª feira	17h30 às 21h30
Avaliação final e encerramento (4h)		Cátia Reis Carolina Maruta	Setembro	10	Sábado	10h00 às 13h00*

*meio-dia presencial | ** dia presencial com almoço

Duração: 150 horas (12 horas presenciais + 138 horas online)

(O presente calendário poderá sofrer alterações. A versão final será posteriormente enviada aos formandos no início do curso.)