

6^{as} Jornadas do Sono



10 e 11 de abril 2026 | Auditório Hospital CUF Tejo

COMISSÃO ORGANIZADORA

Unidade do Sono do Hospital
CUF Tejo

COORDENAÇÃO

Susana Teixeira de Sousa

GESTORA DAS JORNADAS

Célia Castiço

DESTINATÁRIOS

Médicos Pneumologistas,
Médicos Internos, Médicos
especialistas, Técnicos, Enfermeiros
e Fisioterapeutas ligados a área

JORNADAS | 10 DE ABRIL

Profissionais CUF: 35€

Profissionais externos: 50€

Inscrições das Jornadas



CURSO DE CERTIFICAÇÃO ORTHOAPNEA | 11 DE ABRIL

Inscrições do Curso



Sono em Alta Performance - *Sleep to Win*

08h30 Abertura de secretariado

09h00 **Sessão de abertura**

Mesa 1 | Moderadores: Susana Sousa | António Martins

09h30 **Sono: o ano em revisão**

Luciana Bento

10h00 **Sono e alta performance**

Vitor Fonseca

10h30 **Medir o sono em alta performance**

Hélder Simão

11h00 Coffee break

Mesa 2 | Moderadores: Susana Castela | António Bugalho

11h30 **Sono e performance: uma abordagem cardiorrespiratória**

Inês Faria

12h00 **Cardiologia: o coração do atleta**

José Viegas

12h30 **Respirar para ganhar: obstrução nasal e sono em alta performance**

Cristina Caroça

13h00 Almoço

14h30 **Upgrade: A melhor performance**

José Soares

6^{as} Jornadas do Sono



Mesa 3 | Moderadores: Susana Sousa | João Brito

15h15 **Ritmo e performance**

Cátia Reis

15h45 **Impacto do bruxismo na performance**

Pedro Cebola | Paula Moleirinho

16h15 Coffee break

Mesa 4 | Moderadores: João Brito | Paulo Beckert | Susana Sousa

16h45 **A otimização do sono e da recuperação: o papel da equipa multidisciplinar**

Rodrigo Abreu | Nádia Tavares

18h00 Encerramento

Curso de Certificação OrthoApnea | Centro de Simulação do Hospital CUF Tejo

Dispositivos de avanço mandibular no tratamento da apneia obstrutiva do sono

Coordenação: Pedro Cebola

PARCEIRO:

OrthoApnea

PATROCÍNIO CIENTÍFICO



PATROCÍNIO

