

Introducción a la Medicina Sueño para profesionales de la Salud Mental.

Duración del curso: 4 clases

Duración de la clase: 4 horas. Frecuencia de la clase (semanal). En Vivo y On Demand.

Docentes: Joaquín Díez, Pamela Liparotti, Eduardo Ruffa.

Objetivos generales: Iniciar a los profesionales de la salud mental en la comprensión del sueño y sus implicancias clínicas.

Objetivos específicos: Abordar aspectos fisiológicos que permitan comprender el sueño y su interacción con el resto de las funciones mentales. Brindar herramientas para evaluarlo en la práctica cotidiana. Entender con mayor profundidad la relación entre diferentes patologías mentales y la patología del sueño. Describir las principales patologías del sueño. Brindar un abordaje terapéutico integral y actualizado, enfatizando el uso racional de psicofármacos.

Temario por clase:

Módulo 1.

Clase 1:

Introducción. Definición, espectro de inactividad adaptativa. Filogenia y ontogenia. Fisiología del sueño: origen del modelo de dos procesos de Borbely. Funciones del sueño, implicancias clínicas de su alteración. (Dr. Joaquín Díez)

Clase 2:

Semiología y estudio del sueño. Entrevista dirigida. Cuestionarios (GSAQ, ESS, PQSI, etc) y estudios complementarios (Actigrafía, PR, PSG, TLMS). (Dr. Eduardo Ruffa)

Módulo 2.

Clase 3:

Relación entre Sueño y Salud Mental. Prevalencia de patología mental en alteraciones de sueño y viceversa. Sueño y depresión. Sueño y ansiedad. Sueño y psicosis. (Dr. Eduardo Ruffa)

Clase 4:

Insomnio. Epidemiología. Diagnóstico y manejo. Qué no es insomnio, diagnósticos diferenciales. Modelos de insomnio. Síntomas nocturnos y diurnos. Impacto en la el cuerpo y la mente, en el rendimiento y la sociedad. (Dr. Joaquín Díez)

Módulo 3.

Clase 5:

Otras patologías del sueño. Parasomnias REM y No-REM. Síndrome de piernas inquietas. Narcolepsia. Trastornos cronobiológicos. Cronodisrupción. Trabajos en turnos rotativos. Trastorno alimentario nocturno. Trastornos respiratorios durante el sueño. (Dr. Eduardo Ruffa)

Clase 6:

Terapia Cognitivo Conductual de Insomnio (TCCI). Indicaciones. Técnicas utilizadas en el componente cognitivo. Técnicas utilizadas en el componente conductual. Efectividad. (Lic Pamela Liparoti)

Módulo 4.

Clase 7:

Psicofarmacología. Fármacos disponibles para el tratamiento de la patología del sueño. Guías internacionales de tratamiento. Evidencia de efectividad de los diferentes fármacos. Uso racional. (Dr. Joaquín Díez)

Clase 8:

Sueño, sociedad y cultura. Perspectivas. (Dr. Joaquín Díez)

DOCENTES:



Dr. Joaquin Diez

Doctor en Medicina, Especialista en Psiquiatría, Magister en Sueño, Experto en Medicina del Sueño por la Asociación Argentina de Medicina del Sueño (AAMS), Certificado por el Centro de Estudios de Sueño Infantil (CESI). Vocal de la Comisión Directiva de la AAMS, Coordinador del Grupo de Trabajo de Sueño y Cronobiología de APSA, Miembro de APSA.



Lic. Pamela Liparoti

Licenciada en Psicología, Especialista en Psicogerontología, Diplomada en Medicina Comportamental del Sueño, Posgrado en Neuropsicología Aplicada, Co-coordinadora del Grupo de Trabajo en Medicina del Sueño de APSA, Miembro de la Asociación Argentina de Medicina del Sueño (AAMS)



Dr. Eduardo Ruffa

Médico, Especialista en Psiquiatría, Magister en Psicoimmunoneuroendocrinología, Magister en Sueño, Experto en Medicina del Sueño por la Asociación Argentina de Medicina del Sueño (AAMS), Coordinador del Grupo de Trabajo en Medicina del Sueño y Cronobiología de APSA, Tesorero de la Asociación de Psiquiatras del Chubut (APCHU).