

## DATOS GENERALES

## Curso académico

<b>Tipo de curso</b>	Microcredencial Universitario
<b>Número de créditos</b>	3,00 Créditos ECTS
<b>Matrícula</b>	260 euros (importe precio público)
<b>Requisitos de acceso</b>	El curso está dirigido a todos los profesionales de la salud y del ámbito socio sanitario, así como cualquier persona interesada en este entorno que quiera adquirir conocimientos básicos sobre la promoción de la salud del sueño.
<b>Modalidad</b>	On-line
<b>Lugar de impartición</b>	Fundación Universidad-Empresa
<b>Horario</b>	Se impartirá en modalidad presencial u online a elección del alumn@ Presencial; Viernes tarde (de 16 a 21) y sábados mañana (de 9 a 14). Online; Las sesiones serán retransmitidas online en tiempo real

## Dirección

## Organizador

<b>Dirección</b>	Adriana Mira Pastor Ayudante/a Doctor/a. Departament de Personalitat, Avaluació i Tractaments Psicològics. Universitat de València Begoña Andrés Sánchez Directora - Fundación del Sueño Mónica Duart Comunidad Valenciana
------------------	---

## Plazos

<b>Preinscripción al curso</b>	Hasta 28/10/2022
<b>Fecha inicio</b>	Noviembre 2022
<b>Fecha fin</b>	Noviembre 2022

## Más información

<b>Teléfono</b>	961 603 000
<b>E-mail</b>	<a href="mailto:informacion@adeituv.es">informacion@adeituv.es</a>

## PROGRAMA

## Promoción de la salud del sueño

## UNIDAD DIDÁCTICA 1. ETIOLOGÍA

1. Introducción a la cronobiología del sueño
2. Variables implicadas en los problemas del sueño
  - Orgánicas
  - Conductuales, cognitivas y emocionales
  - Factores ambientales

## UNIDAD DIDÁCTICA 2. INTRODUCCIÓN Y DESCRIPCIÓN DE LOS PRINCIPALES PROBLEMAS DEL SUEÑO

1. Introducción
2. Los trastornos del sueño según los principales sistemas de clasificación
3. Problemas del sueño en población adulta
4. Problemas del sueño en niños y adolescentes
5. Problemas del sueño en personas mayores
6. Problemas del sueño relacionados con problemas emocionales
7. Problemas del sueño relacionados con enfermedades físicas
8. Alteraciones y efectos del sueño durante el embarazo

## UNIDAD DIDÁCTICA 3. EVALUACIÓN

1. Instrumentos de evaluación
  - Entrevista
  - Cuestionarios de trastornos del sueño
  - Diarios de sueño
  - Escalas de somnolencia
  - Registro polisomnográfico

## 2. Diagnóstico y diagnósticos diferenciales de los trastornos del sueño

### UNIDAD DIDÁCTICA 4. SALUD Y BUENOS HÁBITOS DEL SUEÑO

1. La higiene del sueño.
2. Técnicas de intervención y tratamientos basados en la evidencia para los trastornos del sueño.
3. Intervención en las diferentes poblaciones abordadas en la unidad 2.
4. Nuevas formas de dispensar los tratamientos para los trastornos del sueño utilizando las tecnologías de la información y la comunicación.

## PROFESORADO

### **Begoña Andrés Sánchez**

Directora - Fundación del Sueño Mónica Duart Comunidad Valenciana

### **Laura Andreu Pejó**

Profesora ayudante doctora. Departamento de enfermería. Universitat Jaume I

### **Rosa María Baños Rivera**

Catedrática de Universidad. Departament de Personalitat, Avaluació i Tractaments Psicològics. Universitat de València.

### **Cristina Botella Arbona**

Profesora catedrática Emérita. Departamento de Psicología básica, clínica y psicobiología. Universitat Jaume I.

### **Sonia Carratalá Monfort**

Neurofisióloga. Unidad del Sueño del Hospital General de Castellón.

### **Diana Virginia Castilla López**

Profesora Titular de Universidad. Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamientos psicológicos, Universitat de València.

### **Amanda Díaz García**

Profesora ayudante doctora. Departamento de Psicología y Sociología. Universidad de Zaragoza.

### **Ángel Enrique Roig**

Doctor en Psicología por la Universitat Jaume I y Senior Digital Health Scientist, Silver Cloud Health

### **Azucena García Palacios**

Profesora catedrática. Departamento de Psicología básica, clínica y psicobiología. Universitat Jaume I.

### **Beatriz Gil Juliá**

Profesora Contratada doctora. Departament de Personalitat, Avaluació i Tractaments Psicològics. Universitat de València. .

### **Adriana Mira Pastor**

Profesora Contratada doctora. Departament de Personalitat, Avaluació i Tractaments Psicològics. Universitat de València..

### **Juan José Ortega Albás**

Coordinador de la Unidad del Sueño del Hospital General de Castellón

### **Gonzalo Pin Arboledas**

Jefe de servicio de Pediatría y de la Unidad del Sueño del Hospital Quirónsalud Valencia

### **Francisco Javier Puertas Cuesta**

Jefe del Servicio de Neurofisiología y la Unidad de Trastornos del Sueño, Hospital Universitario de la Ribera, Alzira, Valencia

### **Matias Real López**

Psiquiatra Hospital Provincial de Castellón

## OBJETIVOS

Las salidas profesionales que tiene el curso son:

El curso está dirigido a todos los profesionales de la salud y del ámbito socio sanitario, así como cualquier persona interesada en este entorno que quiera adquirir conocimientos básicos sobre la promoción de la salud del sueño.

Establecer una aproximación multidisciplinar para la promoción de la salud en el proceso del sueño en diferentes poblaciones, que permita lograr una formación inicial en el sueño, la mejora de su calidad y la prevención de problemas relacionados con el mismo. Para ello, el curso contará con una parte teórica y una práctica, impartida por diferentes profesionales de la salud.

## METODOLOGÍA

El alumnado elegirá el formato presencial u online. Límite de participantes para la formación presencial 25 alumn@s

- Clases teórico-prácticas
- Casos prácticos: lectura de casos y visionado de vídeos
- Debate y reflexión