webinar: “Como são as suas noites de sono?” – 18 de janeiro de 2021 às 18h00

15 Janeiro, 2021

Webinar gratuito alerta para distúrbios do sono

A primeira CUF Talks de 2021 junta, dia 18 de janeiro, pelas 18h00, num evento digital gratuito, especialistas de Pneumologia, Otorrinolaringologia e Medicina Dentária com o objetivo de despertar a atenção para o impacto que uma noite mal dormida pode ter na saúde.

Uma noite de sono mal dormida tem um efeito semelhante a um estado leve de embriaguez, prejudicando a coordenação motora, afetando as capacidades cognitivas ao nível do raciocínio e da memória.

Estima-se que cerca de 80% da população apresenta pelo menos um distúrbio de sono por diagnosticar. Sendo que os mais prevalentes são a Insónia e a Apneia, levando à fragmentação do sono e contribuindo, em grande parte, para o aumento de risco de Hipertensão Arterial, Doença cardiovascular, diabetes, sonolência excessiva, risco de acidentes de viação e, consequente, perda da qualidade de vida.

O diagnóstico precoce e a abordagem multidisciplinar através de diferentes áreas médicas, contribuem para o sucesso do tratamento destes distúrbios, por isso, neste webinar, com moderação de Susana Noronha, especialista de Medicina Dentária no Hospital CUF Tejo, vão participar especialistas da Equipa do Sono do Hospital CUF Sintra: Ana Sofia Oliveira, pneumologista, Filipe Freire, otorrinolaringologista e Susana Falardo Ramos, especialista de medicina dentária.

Sem custo ou necessidade de marcação prévia, para assistir à CUF Talks “Como são as suas noites de sono?” basta aceder, na data e hora prevista, à página de Facebook da CUF. Se pretende receber um lembrete para o evento clique aqui.

Saiba mais em: https://www.cuf.pt/eventos/cuf-talks-como-sao-suas-noites-de-sono