



ORDEM
DOS MÉDICOS

Candidatura à Competência em Medicina do Sono

Colégio da Competência em Medicina do Sono

Abertura de Procedimento Concursal para a Aquisição de Competência em Medicina do Sono

Data do exame – 20 de novembro 2026

Data de entrega do currículo – 18 de setembro de 2026 (60 dias antes do exame)

Requisitos para admissão ao exame

1 – O candidato deve ser especialista e estar inscrito na Ordem dos Médicos.

2 - Avaliação curricular

A avaliação será feita pela Direção do Colégio da Competência em Medicina do Sono segundo os critérios definidos no referido documento constitutivo da Competência:

O candidato deverá possuir um **período mínimo equivalente a 12 meses num Centro de Medicina do Sono. Pretende-se que atinja um total equivalente a 20h/semanais ou 960 h no total.** O período de 12 meses pode não ser realizado em regime de trabalho a tempo inteiro, desde que devidamente justificado pelo candidato e pelo Diretor do Centro de Medicina do Sono, com descrição das funções e horário cumprido no período de tempo parcial.

3 - Declaração escrita, elaborada pelo Diretor do Centro de Medicina do Sono (CMS) ou equivalente onde decorreu a formação indicando a realização íntegra e autónoma das seguintes funções:

a) **Execução de polissonografia completa (PSG) em 10 pacientes;**

b) **Estadiamento, interpretação e elaboração de relatório de:**

- **100 PSGs**, incluindo um espectro alargado de patologias em Medicina do Sono, em adultos e crianças;

- **10 Teste de latência múltipla ao sono (MSLT) ou Teste de Manutenção de Vigília (TMV);**

c) Interpretação dos questionários relevantes e diários de sono

d) Experiência no seguimento de **150 pacientes** com distúrbios sono/vigília, incluindo casos de cada uma das seguintes patologias: Perturbações respiratórias relacionadas com o sono, tratamento dos mesmos com pressão positiva contínua, Hipersónias centrais; Perturbações de Ritmo Circadiano, Parassónias, Insónia, Perturbações do movimento relacionadas com o Sono.

e) Exames de sono importantes na prática clínica, mas que não serão considerados para efeitos de decisão de acesso ao exame de admissão à competência:

a. Poligrafias cardiorrespiratórias tipo 3 em ambulatório

b. Actigrafias



ORDEM
DOS MÉDICOS

EXAME DE AVALIAÇÃO DE CONHECIMENTOS

O exame de avaliação de conhecimentos será constituído por uma componente teórica e uma componente prática.

Exame teórico

O exame teórico será constituído por **teste de 100 perguntas com 5 alternativas e uma única resposta**, com 2 horas de duração.

O exame será baseado em casos clínicos, com o objetivo de avaliar o diagnóstico, o tratamento e o seguimento que pessoas com diversas patologias de sono.

Aprovação: 60% de respostas corretas

Exame prático

O exame prático será constituído por **30 questões com 5 alternativas e uma única resposta** e terá **45 minutos** de duração. Neste exame serão fornecidas imagens relativas a aspetos relacionados com a classificação de polissonografias, actigrafia, diários de sono e alterações de exame objetivo e de outros exames complementares. Na Polissonografia poderá ser avaliada a classificação das fases de sono, de patologias respiratórias, parassónias e perturbações de movimento durante o sono.

Aprovação: 60% de respostas corretas

Bibliografia aconselhada para o exame:

ESRS Sleep Medicine Textbook 2nd edition, 2021

AASM Scoring Manual, version 3 (2023)

International Classification of Sleep Disorders 3 (ICSD 3)