



## COLÉGIO DE COMPETÊNCIA EM

# MEDICINA DO SONO

ELEIÇÕES – 2023

ARIANA HELENA RIBEIRO DE BARROS  
JOANA BRAGA VAZ DE CASTRO  
JOANA TERESA MONTEIRO DE SOUSA FONTES SERRA  
MARIA DO ROSÁRIO TRINDADE FERREIRA MARQUES FERREIRA JANEIRO  
NURIA SANTOS COELHO MADUREIRA  
RICARDO MANUEL DA CONCEIÇÃO DOS REIS  
SUSANA CLÁUDIA TEIXEIRA DE SOUSA VARELA

### **Suplente**

CARINA FERNANDES

---

## **PROGRAMA DE ACÇÃO PARA A DIRECÇÃO DO COLÉGIO DE COMPETÊNCIA DE MEDICINA DO SONO DA ORDEM DOS MÉDICOS**

A criação da Competência em Medicina de Sono constituiu um marco muito importante no desenvolvimento desta disciplina em Portugal, contribuindo de forma definitiva para regular a qualidade da Medicina de Sono que se exerce no nosso país e melhorando os cuidados que são dados à população nesta importante área de Medicina. O principal objetivo da nossa candidatura ao colégio da Competência em Medicina do Sono é promover a melhoria progressiva da qualidade da Medicina de Sono exercida em Portugal.

O nosso programa de trabalho para os próximos 3 anos no colégio da Competência em Medicina do Sono da Ordem dos Médicos assenta sobre os seguintes fundamentos: continuidade e regularidade, progressão, desenvolvimento e qualidade, Incentivo e divulgação.

### **1. Continuidade e regularidade**

A criação de um corpo clínico com provas curriculares e de conhecimento reconhecidas é o processo basilar da Competência em Medicina de Sono. Este processo foi implementado e mantido pelos membros do colégio cessante e sentimos que um dos nossos deveres fundamentais é dar continuidade a este processo. Atualmente Portugal conta já com dois períodos de admissão de Médicos com competência em Medicina de Sono. A primeira fase, transitória, em que foram admitidos diversos profissionais de reconhecida experiência nesta área. A segunda fase, definitiva, teve início em 2020 e contou já com a utilização de requisitos curriculares e prova de conhecimentos, cujos conteúdos foram aprovados em 2018.

Nesta fase já mais madura da Competência em Medicina do Sono, é nossa intenção dar continuidade ao projeto dos membros do colégio cessante que visava um programa regular de aceitação à Competência em Medicina de Sono, para que pessoas interessadas nesta área



## **COLÉGIO DE COMPETÊNCIA EM**

# **MEDICINA DO SONO**

possam organizar o seu currículo de forma atempada. Nesse sentido, procuraremos manter o concurso de forma regular com um calendário de aceitação.

### **2. Progressão, desenvolvimento e qualidade**

A criação de centros com idoneidade formativa deve ser um dos objetivos a longo prazo da Medicina do Sono no nosso país. Este processo já foi iniciado através da construção de um inquérito e pretendemos caracterizar as capacidades de cada centro no sentido de identificar as capacidades formativas atuais de serviços/centros e dos laboratórios de sono no país e da criação de requisitos mínimos de formação em estágios para obter a Competência em Medicina do Sono.

Pretendemos assim abrir caminho para que os Centros de Medicina do Sono possam iniciar a sua reorganização para conseguir, futuramente, garantir uma formação completa nas várias valências fundamentais à aprendizagem em Medicina do Sono.

A definição de requisitos mínimos para os Centros de Medicina do Sono/Laboratórios tem como objetivo garantir a formação bem como a promoção da qualidade do diagnóstico de patologia do sono a nível nacional.

### **3. Incentivo à Formação**

A Medicina do Sono é transversal a várias especialidades médicas. O gosto por esta área da Medicina, tal como por todas as outras áreas do conhecimento, depende em larga medida das experiências que os estudantes de Medicina e os futuros médicos especialistas tenham com esta disciplina médica, da presença desta área nos períodos basilares da sua formação e do contacto com profissionais experientes em Medicina do Sono que possam, durante a formação em Medicina e posteriormente em cada especialidade, estimular jovens a querer aprender mais de Sono. Este processo cresce por si só, à medida que mais médicos têm esta competência e espalham a sua influência nas camadas mais jovens. No entanto, persiste uma lacuna importante nos currículos formativos das diversas disciplinas que integram a Medicina do Sono. Durante os anos de formação em Medicina a Medicina do Sono não é um tema abordado de forma consistente. Nos programas formativos das diversas especialidades, a Medicina do Sono não é sugerida como estágio opcional possível. Apenas na especialidade de Pneumologia a Medicina do Sono foi considerada necessária ao currículo obrigatório da especialidade. A existência de uma referência a um estágio de Medicina do Sono mesmo que opcional, poderá chamar a atenção de jovens internos para esta área e aumentar o número de estágios feitos em Medicina do Sono. Um dos objetivos da nossa direção será discutir com as faculdades de Medicina do país e com os colégios das especialidades habitualmente envolvidas no tratamento de pessoas com patologia do sono (Pediatria, Psiquiatria, Neurologia, Otorrinolaringologia e Estomatologia) a possibilidade de incluir, em futuros programas curriculares destas especialidades, a realização de um estágio de Medicina do Sono.

### **4. Divulgação**



## COLÉGIO DE COMPETÊNCIA EM

# MEDICINA DO SONO

Pretendemos tornar públicas, através da divulgação junto de sociedades científicas ou através da página do colégio da Competência em Medicina de Sono, locais e centros que disponibilizem estágios de sono estruturados quer para períodos de internato da especialidade quer para obtenção do currículo necessário à Competência em Medicina do Sono. Pretendemos com esta medida tornar o acesso a estágios de qualidade mais fácil e expedita.

### Súmulas curriculares dos membros da lista concorrente à Direção do Colégio da Competência em Medicina do Sono

#### **Ariana Helena Ribeiro de Barros**

---

Assistente Hospitalar de Neurologia, Centro Hospitalar de Tâmega e Sousa (2020)  
Consulta de Medicina do Sono, Centro de Medicina do Sono, CUF (2020)  
Consulta de Medicina do Sono, Clínica SleepLab (2019)  
Consulta de Patologias do Sono, Laboratório de Sono/EEG do Centro Hospitalar Universitário de Lisboa Central (2017-20)  
Competência em Medicina do Sono pela OM (2020)  
*Expert Somnologist* pela ESRS (2019)

#### **Carina Rocha Fernandes**

Assistente Hospitalar de Neurologia (2015)  
Médica Naval desde 2007, presentemente a exercer funções como Chefe do Departamento de Cuidados de Saúde Primários do Centro de Medicina Naval, desde 2023  
Responsável pela Consulta de Patologia do Sono e pelos exames de sono da Unidade de Neurofisiologia do Hospital de São José, Centro Hospitalar de Lisboa Central, desde 2021  
Neurologista no Serviço de Neurologia do Hospital das Forças Armadas - Pólo de Lisboa, de 2015 a 2022, sendo responsável pela Consulta de Patologia do Sono da Neurologia e colaborando nos exames de sono realizados no Laboratório do Sono da Pneumologia  
Competência em Medicina Militar pela Ordem dos Médicos, desde 2021  
Competência em Medicina do Sono pela Ordem dos Médicos, desde 2020  
Certificação como Sleep Disorders Specialist pela World Sleep Society, desde 2017  
Certificação como Somnologist pela European Sleep Research Society, desde 2016

#### **Joana Teresa Monteiro De Sousa Fontes Serra**

---

Assistente Graduada de Psiquiatria.  
Formação especializada em Clinical Polysomnography and Sleep Medicine Course na School of Sleep Medicine – Center of Excellence for Diagnosis and Treatment of Sleep Disorders, da Universidade de Standford, EUA - 2005  
Competência em Medicina do Sono pela OM - 2015  
*Expert Somnologist* pela ESRS - 2015  
Responsável pela Consulta de Psiquiatria do Sono, no Centro de Medicina do Sono, do Centro Hospitalar e Universitário de Coimbra – desde 2006  
Responsável pela Consulta de Psiquiatria do Sono, da Unidade de Medicina do Sono, do Centro Cirúrgico de Coimbra – desde 2014  
Coordenadora da Psiquiatria de Ligação, no Hospital Geral do Centro Hospitalar e Universitário de Coimbra – desde 2010



## COLÉGIO DE COMPETÊNCIA EM

# MEDICINA DO SONO

Membro da ESRS.

Membro da Direção da APS - 2015-2018 e do conselho fiscal 2018-2021

Membro do Conselho Fiscal da APS – desde 2019

### **Joana Braga Vaz de Castro**

---

Assistente Hospitalar de ORL Hospital Garcia de Orta

Competência em Medicina do Sono pela OM 2020

*Expert Somnologist* pela ESRS 2020

Especialista em Otorrinolaringologia (ORL) 2017

Criação da Unidade de Distúrbios Respiratórios do Sono do Serviço de ORL (2015-2018) do Hospital Garcia de Orta.

Aluna de Doutoramento em Neurociências na Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa (2022-atualidade)

### **Núria Santos Coelho Madureira**

---

Assistente Hospitalar Graduada de Pediatria Médica

Pediatria do Sono na equipa multidisciplinar do Laboratório de Sono e Ventilação, Hospital Pediátrico, Centro Hospitalar e Universitário de Coimbra – 2013 até ao momento

Responsável pela Consulta de Patologia do Sono do Hospital Pediátrico, Centro Hospitalar e Universitário de Coimbra – 2013 até ao momento

Competência em Medicina do Sono pela OM - 2015

*Expert Somnologist* pela ESRS - 2019

### **Ricardo Manuel da Conceição dos Reis**

---

Assistente Hospitalar em Pneumologia – 2014

Especialista Europeu em Medicina Respiratória pela European Respiratory Society – 2014

*Expert Somnologist* pela ESRS – 2017

Competência em Medicina do Sono pela OM – 2020

Centro de Medicina do Sono do Hospital CUF Porto – desde 2015

Consulta do Sono do S. de Pneumologia do Centro Hospitalar e Universitário do Porto – de 2016 a 2019

Docente convidado no contexto da Medicina do Sono no Mestrado Integrado em Medicina da Escola de Medicina da Universidade do Minho – de 2015 a 2022

Professor Adjunto Convidado no Mestrado de Fisiologia Clínica - Especialização em Fisiopatologia do Sono e Ventilação Não Invasiva, Instituto Politécnico de Coimbra – desde 2023

Membro da *European Respiratory Society (ERS)*, membro da Assembleia “Sleep and control of breathing” – desde 2009

Membro da *ESRS* – desde 2013

Membro da APS – desde 2013

### **Maria do Rosário Trindade Ferreira Marques Ferreira Janeiro**

---

Assistente Hospitalar Graduada de Pediatria no Hospital de Santa Maria - Centro Hospitalar Universitário Lisboa Norte (CHULN) – 2015

Responsável pelo Laboratório e Consulta Pediátrica do Sono do Departamento de Pediatria do Hospital de Santa Maria, CHULN – desde 2009

Mestre em Medicina de Sono pela Faculdade de Medicina de Lisboa – 2012

Competência em Medicina do Sono pela OM - 2015.



## COLÉGIO DE COMPETÊNCIA EM

# MEDICINA DO SONO

*Expert Somnologist* pela European Sleep Research Society – 2021

Assistente Convidada da Faculdade de Medicina de Lisboa - desde 2007.

Membro da Direção da Sociedade Portuguesa de Pneumologia Pediátrica - 2014-2017.

Membro da Direção da Sociedade Portuguesa de Pneumologia Pediátrica e do Sono – 2017-2020 e 2020 – 2023.

### **Susana Cláudia Teixeira de Sousa Varela**

---

Assistente Hospitalar Graduada de Pneumologia

*Expert Somnologist* pela European Sleep Reserch Society (ESRS) desde 2014

Competência em Medicina de Sono pela Ordem dos Médicos (OM) - 2015

Coordenadora Centro Medicina do Sono Hospitals CUF Tejo/Descobertas

Assistente convidada da Nova Medical School | Faculdade de Ciências Médicas da Universidade Nova de Lisboa