

I Workshop

ESTRATÉGIAS MOTIVACIONAIS PARA A DESABITUAÇÃO DE BENZODIAZEPINAS

- DIRECTOR DO CURSO:** Prof. Doutor Vasco Maria (IMPSP-FMUL/ ARSLVT)
- DOCENTES RESPONSÁVEIS:** Prof. Doutor Vasco Maria; Mestre Osvaldo Santos
- DOCENTES:** Prof. Doutor Frederico Simões do Couto; Dr^a Joana Oliveira; Prof. Doutor José Mendes Nunes; Mestre Milene Fernandes; Mestre Osvaldo Santos; Prof. Doutor Vasco Maria
- ORGANIZAÇÃO:** Unidade de Farmacopidemiologia, Instituto de Medicina Preventiva e Saúde Pública, Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa
- LOCAL:** Instituto de Medicina Preventiva e Saúde Pública, Edifício Egas Moniz, Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa
- DATAS:** O curso decorre nos dias **24 de fevereiro** (15h-19h), **10** (15h-19h) e **11 de Março** (9h-18h) de 2017.
- INTRODUÇÃO:** Apesar de as benzodiazepinas (BZD) serem normalmente utilizadas em regimes de curta duração, o uso continuado destes fármacos, frequentemente associado a tolerância e dependência, é muito prevalente em vários países da Europa, incluindo Portugal. O seu uso prolongado pode resultar em vários efeitos adversos, como sonolência, perda de memória, quedas com fraturas, entre outros. Neste contexto, importa dar apoio a doentes em situação de dependência de BZD, utilizando estratégias motivacionais e de desabitação que evitem ou minimizem sintomas de privação.
- OBJECTIVO GERAL DO CURSO:** capacitar médicos, enfermeiros e farmacêuticos em contexto de cuidados de saúde primários para este tipo de intervenção clínica.
- DESTINATÁRIOS:** Destina-se a licenciados/mestres em Medicina, Enfermagem e Ciências Farmacêuticas, com interesse em investigação clínica.
- HABILITAÇÕES DE ACESSO:** Titulares de licenciatura/mestrado em Medicina, Enfermagem ou Ciências Farmacêuticas.
- OBJECTIVOS:**
 - Rever os mecanismos fisiopatológicos da insónia e alterações de ansiedade
 - Rever a farmacologia das BZD
 - Conhecer o contributo das BZD para o tratamento da insónia e alterações de ansiedade
 - Sensibilizar para o reconhecimento de uso adequado e de uso crónico/desadequado das BZD
 - Promover a compreensão e utilidade de princípios da mudança comportamental

6. Treinar competências relacionais promotoras de aliança clínica colaborativa no contexto de consumo crónico de BZD
7. Treinar o uso de um protocolo de desabituação gradual às BZD
8. Treinar o reconhecimento de discurso de resistência e de discurso de mudança
9. Capacitar para um estilo de intervenção baseado nos princípios da entrevista motivacional como estratégia para lidar com resistência à mudança

12. MÉTODO DE ENSINO:

O workshop terá um componente de treino de competências clínicas no contexto de negociação de desabituação às BZD.

Para além da exposição dos princípios teóricos fundamentais, recorrer-se-á ao visionamento comentado de vídeos, bem como à discussão de casos clínicos e a sessões de *role play*. A aquisição de competências de negociação clínica será facilitada através do recurso à autoscopia.

13. LISTA DE ASSUNTOS / MATÉRIAS / CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS:

1. Mecanismos fisiopatológicos da insónia e alterações de ansiedade
2. Farmacologia das benzodiazepinas
3. Prescrição de benzodiazepinas: indicações e contra-indicações
4. O tratamento da ansiedade com benzodiazepinas
5. Perturbação do sono com relevância para o uso de benzodiazepinas
6. Efeitos adversos do uso crónico de benzodiazepinas com especial enfoque na população idosa
7. Avaliação do uso inadequado de benzodiazepinas
8. Modelos preditivos de mudança de comportamentos
9. Técnicas e estratégias promotoras da construção de novos hábitos
10. Técnicas e estratégias para promover motivação para a desabituação às benzodiazepinas
11. Programa de desabituação gradual às benzodiazepinas
12. Sessões de treino prático em entrevista motivacional

14. **AValiação da Aprendizagem:** Participação e conclusão de tarefas, incluindo a crítica de trabalhos.

15. PARTICIPANTES:

A. Número mínimo de participantes

O *workshop* tem de ter no mínimo 12 participantes.

B. Número máximo de participantes

O *workshop* não pode exceder os 20 participantes.

16. CANDIDATURA E INSCRIÇÃO:**A. Documentação necessária para a candidatura**

Boletim de inscrição

Carta de motivação

Curriculum Vitae breve (máx. 1 página A4)

As inscrições no *Workshop* devem ser enviadas para o seguinte e-mail: projetobzd@gmail.com

B. Prazos de candidatura

Candidaturas até **17 de fevereiro**. Avaliação e divulgação de resultados até **20 de fevereiro**.

17. DISTRIBUIÇÃO DAS HORAS

1. **Total:** 36 horas
2. **Carga Lectiva:** 16 horas
3. **Carga Não Lectiva:** 20 horas

18. CERTIFICAÇÃO: 1 ECTS**19. VALOR DA PROPINA:**

- a. **INSCRIÇÕES ATÉ 6 DE FEVEREIRO DE 2017: 175€**
- b. **INSCRIÇÕES APÓS 6 DE FEVEREIRO DE 2017: 200€**

20. PROGRAMA:

Sessão	Data	Hora	Tema(s)	Docente(s)	Sala	
1	24/02/2016 (6ªfeira)	15h – 15h30	Introdução ao I Workshop de Estratégias Motivacionais para a desabitação de benzodiazepinas	Prof. Doutor Vasco Maria		
		15h30 – 17h	1. Mecanismos fisiopatológicos da insónia e alterações de ansiedade 2. Farmacologia das benzodiazepinas	Prof. Doutor Frederico Simões do Couto		
		17h-17h30	Intervalo			
		15h – 19h	17h30-19h	3. Prescrição de benzodiazepinas: indicações e contra-indicações 4. O tratamento da ansiedade com benzodiazepinas 5. Perturbação do sono com relevância para o uso de benzodiazepinas	Prof. Doutor Vasco Maria Drª Joana Oliveira	
2	10/03/2016 (6ªfeira)	15h – 16h30	6. Efeitos adversos do uso crónico de benzodiazepinas com especial enfoque na população idosa 7. Avaliação do uso inadequado de benzodiazepinas	Drª Joana Oliveira Mestre Milene Fernandes		
		16h30 – 17h	Intervalo			
		15h – 19h	17h – 19h	8. e 9. Modelos, técnicas e estratégias de construção de novos hábitos 10. Técnicas e estratégias para promover motivação para a desabitação às benzodiazepinas	Mestre Osvaldo Santos Prof. Doutor José Mendes Nunes	
3	11/03/2016 (Sábado)	9h-10h30	11. Programa de desabitação gradual às benzodiazepinas	Prof. Doutor Vasco Maria Drª Joana Oliveira Mestre Inês Neves		
		10h30 – 11h	Intervalo			
		11h – 13h	12. Sessões de treino prático em entrevista motivacional	Prof. Doutor Vasco Maria Drª Joana Oliveira Mestre Milene Fernandes Mestre Osvaldo Santos Mestre Inês Neves		
		13h – 14h	Almoço			
		9h – 18h	14h – 16h	12. Sessões de treino prático em entrevista motivacional (cont.)	Prof. Doutor Vasco Maria Drª Joana Oliveira Mestre Milene Fernandes Mestre Osvaldo Santos Mestre Inês Neves	
		16h – 16h30	Intervalo			
		16h30 – 17h30	Discussão e conclusão	Prof. Doutor Vasco Maria		
		17h30 – 18h	Avaliação			
		18h	Encerramento			