

## **LIGA DE CRONOBIOLOGIA E MEDICINA DO SONO 2018**

Coordenador: MARIA PAZ LOAYZA HIDALGO

A Liga de Cronobiologia e Medicina do Sono é um projeto de extensão realizado por uma equipe multidisciplinar composta por alunos da graduação e da pós-graduação da UFRGS e coordenado pela Professora Maria Paz Loayza Hidalgo, do Departamento de Psiquiatria e Medicina Legal da FAMED?UFRGS. Como parte do projeto são realizadas atividades de ensino e promoção de saúde sobre ritmos biológicos, voltadas tanto para o meio acadêmico quanto para o público geral. Nesta atividade utilizaremos um pôster interativo. Nele, serão apresentadas frases do senso comum sobre o sono e ao lado o participante poderá marcar se acredita que esta é um mito ou uma verdade, dependendo do que pensa sobre o assunto. Os integrantes da Liga orientarão a atividade e, ao fim, explicarão mais a fundo porque determinada frase está correta ou não.