

Dormir como um “bebê”



13/03/2026 - Dia Mundial do Sono

Hora: 18:00-19:00

Oradora: Ana Noia Pereira - Mestre em Medicina do Sono



**Assiste ao evento
Online**



Se é pai, mãe, avó, cuidador, profissional de creche ou de saúde ou simplesmente quer compreender melhor o sono esta sessão é para si.

Descubra o que é realmente normal no sono do bebé e criança, esclareça mitos, aprenda estratégias práticas para criar rotinas consistentes e promover hábitos saudáveis desde o início. Uma abordagem clara, científica e acessível que lhe dará mais segurança, mais confiança e melhores ferramentas para apoiar o desenvolvimento infantil.

Uma oportunidade única na comunidade para cuidar melhor do sono das nossas crianças como um pilar fundamental da saúde.



**STARTUP
FLORES**

Sala de Conferências



Hosted by World Sleep Society

World Sleep Day
Sleep Well
Live Better
March 13, 2026