



# 1er Foro nacional estilo de vida y salud

23 - 24 de septiembre 2022

Avalado por



**SEHLEHA**  
Sociedad Española de Hipertensión  
Unión por la Salud y el Bienestar

# VIRRICIA



Estimada/o compañero/a:

Con una gran ilusión estamos preparando el **I Foro Nacional de Estilo de Vida y Salud** en Murcia, los días 23 y 24 de Septiembre de 2022. Lo haremos coincidir con la 27 Reunión Nacional de la Sociedad Española de Hipertensión y Riesgo Cardiovascular.

**La Medicina y la Salud deben de cambiar**, deben de progresar, de evolucionar. Nos hemos cansado de la medicina clásica, basada principalmente en la prevención. **La salud va mucho más allá del tratamiento de la enfermedad**. En la prevención está la clave.

Respondiendo a esta necesidad, nuestra intención es **ofrecer un Congreso transversal** donde tengan cabida todos los profesionales que intervienen en la salud, el cuidado y la prevención del riesgo cardiovascular. Desde el bioquímico al productor de alimentos, biólogos, veterinarios, médicos, farmacéuticos, enfermeros, nutricionistas, especialistas en actividad física y demás profesionales implicados en esta tarea.

La **participación multidisciplinar** de esta reunión hará que todo el que se sienta atraído por este campo tenga una oportunidad única para debatir con otros **profesionales de la salud también implicados en la lucha contra el Riesgo Cardiovascular**. Esta visión integradora enriquecerá y ampliará la visión que tenemos sobre la salud. Haciendo valer la importancia que todos tenemos en su control. Qué duda cabe que le vamos a dar un protagonismo especial a las medidas preventivas donde la alimentación y el ejercicio físico forman los pilares fundamentales de una buena prevención cardiovascular y para ello vamos a reunir a los máximos expertos en este campo.

Pero no sólo pretendemos hacer un congreso extraordinario, sino que aprovechando la participación de los máximos referentes de la salud **pretendemos hacerlo extensible a actividades dirigidas a la población**, transmitiendo mensajes clave y dejando nuestra aportación de responsabilidad civil que como sociedades científicas tenemos. Nos sentiremos muy honrados con vuestra presencia y orgullosos de que paséis unos días con nosotros participando en las actividades congresuales y disfrutando de las bellezas y cualidades que Murcia ofrece al que nos visita.

De Murcia, todo, su belleza, su clima, su gastronomía, su arte, su huerta, pero sobre todo su gente que se vuelca hacia el forastero. Espero que disfrutéis del Congreso que estamos preparando y que una vez vivido lo recordéis con cariño.

Dr. José Abellán  
Presidente del Comité Organizador



# Dossier Comercial

Zona comercial +  
actividades científicas

## Día 23 de septiembre

**16:00 – 16:15**

### INAUGURACIÓN

#### **Dr. J. Abellán Huerta**

Cardiólogo Clínico e Intervencionista. Master en Riesgo Cardiovascular por UCAM.  
CEO Área Sístole.

#### **Dr. J. Abellán Alemán**

Cátedra de RCV. Univ. Católica de Murcia.

#### **Dr. J. A. García Donaire**

Unidad de Hipertensión. Serv. Med. Interna. Hospital Clínico. Madrid.

**16:15 – 16:30**

### Moderado por:

#### **Dr. J. Abellán Alemán**

Cátedra de RCV. Univ. Católica de Murcia.

### CONFERENCIA INAUGURAL

#### **RIESGO CARDIOVASCULAR EN 2022. QUÉ ESPERAN TUS GENES DE TI.**

#### **Dr. J. Abellán Huerta**

Cardiólogo Clínico e Intervencionista. Master en Riesgo Cardiovascular por UCAM.  
CEO Área Sístole.

**16:30 – 17:30**

### MESA REDONDA:

#### **ENTRENAMIENTO FÍSICO Y SALUD**

#### Moderado por: **Carlos Alix**

Graduado y MSc CAFD. Profesor ENFAF. Grupo de Investigación sobre Biomecánica Aplicada y Tecnología del Deporte, Universidad Autónoma de Madrid.

**16:30 – 16:50**

#### **¿QUÉ DEBERÍA SABER EL PROFESIONAL DE LA SALUD DE ENTRENAMIENTO?**

#### **Eneko Baz**

Graduado y MSc en CAFD. Departamento de Educación Física y Deporte de la Universidad del País Vasco, Vitoria-Gasteiz. Director de contenido de ENFAF. Atleta WNFB Pro.

**16:50 – 17:10**

#### **BENEFICIOS DEL ENTRENAMIENTO. ¿EXISTE UN LÍMITE?**

#### **Dr. Zigor Madaria**

Cardiólogo, especialista en Cardiología Deportiva. Hospital de Urduliz. Bizkaia.

**17:10 – 17:30**

#### **DISCUSIÓN**

## Día 23 de septiembre

**18:00 – 19:00**

**MESA REDONDA:  
EJERCICIO Y SALUD. ¿QUÉ ENTRENAMIENTO ES MEJOR?**

Moderado por: **Enrique Ortín Ortín**  
C.S. Ceutí Murcia.

**18:00 – 18:20**

**EL EJERCICIO AERÓBICO ES EL MÁS IMPORTANTE**

**Dr. Fernando de la Guía**

Cardiólogo. Director del Instituto Cardiológico Marina Alta (ICMA) y de la Clínica de Cardiología Deportiva y Rehabilitación Cardíaca REMA. Denia, Alicante

**18:20 – 18:40**

**EL EJERCICIO DE FUERZA ES EL MÁS IMPORTANTE**

**Dr. Antonio Hernández**

Médico. Especialista en Medicina Integrativa. Director de Clínica Keval.

**18:40 – 19:00**

**DISCUSIÓN**

**19:00 – 20:00**

**MESA REDONDA: EJERCICIO FÍSICO EN SITUACIONES  
ESPECIALES**

Moderado por: **Mariano Leal Hernández**  
Secretario Soc. Murciana de Hipertensión y RCV.

**19:00 – 19:20**

**EJERCICIO Y CÁNCER. ¿POR QUÉ?**

**Aitor Viribay**

Dietista Nutricionista, especialista en Rendimiento Deportivo. Creador de Glut4Science.

**19:20 – 19:40**

**NO ME DIGAS QUE NO PUEDES.**

**EL PAPEL DEL EJERCICIO EN EL PACIENTE CON COMORBILIDAD GRAVE.**

**Sonsoles Hernández**

Licenciada en CAFD. Doctora en Biomedicina. Clasificadora Nacional en Federación Española de Deportes en Parálisis Cerebral. CEO Traínsplant.

**19:40 – 20:00**

**DISCUSIÓN**

## Día 23 de septiembre

**20:00 – 20:30**

### CONFERENCIA MAGISTRAL

**Moderado por: Dr. J. Abellán Huerta**

Cardiólogo Clínico e Intervencionista. Master en Riesgo Cardiovascular por UCAM. CEO Área Sístole.

### CRONOBIOLOGÍA Y SALUD

**Juan Antonio Madrid**

Catedrático de Fisiología de la Universidad de Murcia. Especialista en Cronobiología y en Nutrición humana.

## Día 24 de septiembre

**09:00 – 09:30**

### CONFERENCIA MAGISTRAL

Moderado por: **Dr. Fernando Hernández Menárguez**  
C. S. Vistalegre-La Flota Murcia.

### MARCADORES DE RCV DURANTE LA INFANCIA Y ADOLESCENCIA

**Dr. Salvador Zamora**  
Dpto. de Fisiología. Universidad de Murcia

**09:30 – 10:30**

### MESA REDONDA: RIESGO CARDIOVASCULAR. LOS OTROS FACTORES.

Moderado por: **Juan Antonio Castillo Moreno**  
Cardiólogo. Jefe de Cardiología del Hospital General Universitario Santa Lucía, Cartagena.

**09:30 - 09:50**

FACTORES DE RIESGO CARDIOVASCULAR. ¿LOS TENEMOS TODOS EN CUENTA?

### Adrián Castillo

Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. Especialista en Fisiología Humana. Creador de FISSAC.

**09:50 - 10:10**

MICROBIOTA. ¿HASTA QUÉ PUNTO IMPORTA?

### Dra. Sara Arponen

Licenciada en Medicina. Especialista en Medicina Interna. Doctora en Ciencias Biomédicas por la Universidad Complutense de Madrid. Profesora universitaria y experta en microbiota.

**10:10 – 10:30**

DISCUSIÓN

## Día 24 de septiembre

**11:00 – 12:15**

### **MESA REDONDA: CUESTIONANDO DOGMAS EN NUTRICIÓN**

Moderado por: **José María Cayuela García**

Departamento de Nutrición Humana y Dietética. Univ. Católica de Murcia

**11:00 – 11:20**

### **AYUNO INTERMITENTE. ¿SÍ O NO?**

**Ismael Galancho**

Graduado en CAFD.

Técnico superior en Dietética. Máster en Nutrición Deportiva.

Máster en Nutrición y Salud. Grupo de ejercicio físico de la Sociedad Española del Estudio de Obesidad (SEEDO).

**11:20 – 11:40**

### **SCORES PARA ALIMENTOS. ¿SÍ O NO?**

**Diana Díaz Rizzolo**

Graduada en Nutrición Humana. Doctora en Biomedicina. Profesora Facultad Ciencias de la Salud, Universidad Oberta de Cataluña. Investigadora en IDIBAPS.

**11:40– 12:00**

### **SUPLEMENTOS. ¿SÍ O NO?**

**Adrián Morales**

Graduado en CyTA. Especialista en Nutrición y Rendimiento Deportivo. Creador de Uperform

**12:00 – 12:15**

**DISCUSIÓN**

**12:15 – 13:30**

### **MESA REDONDA: DIETAS Y SALUD**

Moderado por: **José Francisco López Gil**

Doctor en Educación Física. Dietista Nutricionista. Centro de Investigación en Salud de la Universidad de Castilla La Mancha.

**12:15 – 12:35**

### **DIETA CETOGÉNICA Y SALUD**

**Phil Hugo**

Graduado en Farmacia. Experto en Fisiología Humana. Experto en Nutrición Cetogénica y Ayuno Intermitente.

**12:35 - 12:55**

### **DIETA VEGETARIANA Y SALUD**

**Gonzalo Quesada**

Divulgador. Grado en Nutrición Humana. Experto en Metodología de la Investigación. Experto en Dieta vegetariana y vegana.

**12:55 – 13:15**

### **OTRAS. NINGUNA. TODAS**

**Dr. Borja Bandera**

Graduado en Medicina. Especialista en Endocrinología. Hospital Universitario Virgen de la Victoria. Málaga

**13:15 – 13:30**

**DISCUSIÓN**

## Día 24 de septiembre

### CONFERENCIA DE CLAUSURA

Moderado por: **Dr. Abellán Huerta.**

Cardiólogo Clínico e Intervencionista. Master en Riesgo Cardiovascular por UCAM. CEO Área Sístole

**13:30 – 14:00**

SALUD EN EL MUNDO DE HOY. ¿DÓNDE ACABA Y DÓNDE EMPIEZA?

**Carlos Ríos**

Graduado en Nutrición Humana. Divulgador. Escritor. Creador de @realfooding

**14:00**

CLAUSURA

**Dr. Abellán Huerta.**

Cardiólogo Clínico e Intervencionista. Master en Riesgo Cardiovascular por UCAM. CEO Área Sístole.

EL PATROCINADOR **PREMIUM** tendrá la máxima exposición de su marca desde el momento que confirme su participación y durante todo el evento con los siguientes beneficios:

**Exposición de marca:** programas, banner de bienvenida, boletines, presencia en la web del evento y en redes sociales.

**Exposición comercial:** stand modular de 4x2 en zona a elegir (por orden de reserva en caso de coincidencia)

**Elección de Mesa:** elección de patrocinio de una de las mesas del Foro (por orden de solicitud)

**Inscripciones:** 10 inscripciones presenciales + 20 on -line

**Entrega de documentación:** opción de entrega de kit de bienvenida o/y obsequio promocional

**NEWSLETTER:** envío de una newsletter personalizada previa al foro y una posterior a todos los inscritos.

**Página web:** Sección patrocinadores: La página web oficial tendrá una sección dedicada en exclusiva a los patrocinadores del evento en la que se incluirán los logotipos de todas las empresas patrocinadoras con un enlace a sus páginas web. Además los logotipos aparecerán en las plantillas de correo electrónico oficiales.

**Banner en la web:** Los patrocinadores contarán con un espacio propio en la página web oficial de la sociedad desde el inicio del periodo de inscripción hasta la celebración de la reunión.

**Photocall:** durante los descansos entre las sesiones se realizarán entrevistas a los asistentes al encuentro que posteriormente se colgarán en la web. Estas entrevistas se realizarán delante de un photocall que incluirá todos los logotipos de los patrocinadores.

EL PATROCINADOR **Standard** tendrá la máxima exposición de su marca desde el momento que confirme su participación y durante todo el evento con los siguientes beneficios:

**Exposición de marca:** programas, banner de bienvenida, boletines, presencia en la web del evento y en redes sociales.

**Exposición comercial:** stand modular de 3x2

**Inscripciones:** 8 inscripciones presenciales + 10 on-line

**Entrega de documentación:** opción de entrega de kit de bienvenida o/y obsequio promocional

**Newsletter:** inclusión de información del patrocinador en las newsletter posteriores al evento.

**Página web:** Sección patrocinadores: La página web oficial tendrá una sección dedicada en exclusiva a los patrocinadores del evento en la que se incluirán los logotipos de todas las empresas patrocinadoras con un enlace a sus páginas web. Además los logotipos aparecerán en las plantillas de correo electrónico oficiales.

**Photocall:** durante los descansos entre las sesiones se realizarán entrevistas a los asistentes al encuentro que posteriormente se colgarán en la web. Estas entrevistas se realizarán delante de un photocall que incluirá todos los logotipos de los patrocinadores.

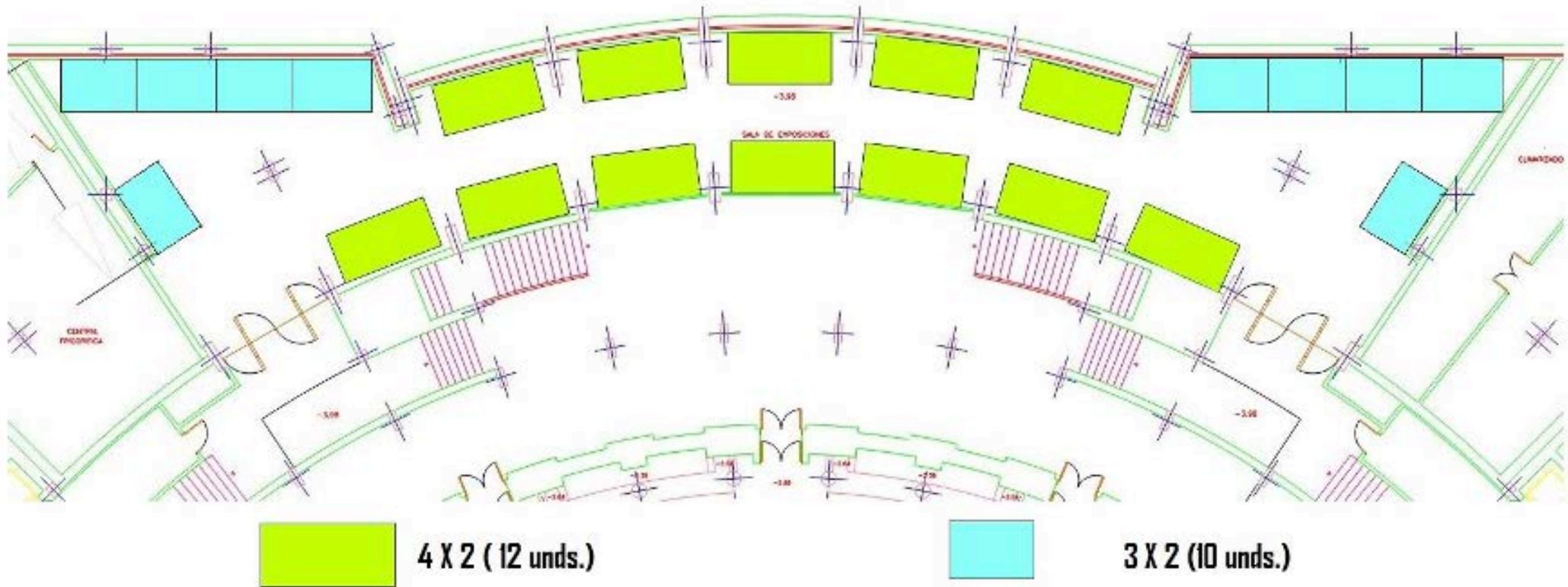
# Dossier Comercial: APORTACIONES

PATROCINIO	APORTACIÓN	TIPO DE STAND
PREMIUM	5.000 €	stand modular de 4x2, moqueta e instalación eléctrica incluida. 1 mesa, 2 sillas y rotulación
STANDARD	3.000 €	stand modular de 3x2, moqueta e instalación eléctrica incluida. 1 mesa, 2 sillas y rotulación
Stand Modular	2.000 €	stand modular de 3x2, moqueta e instalación eléctrica incluida. 1 mesa, 2 sillas y rotulación
Espacio para display	1.500 €	Espacio, moqueta + instalación eléctrica
Paquete 1 de inscripciones	2.000 €	50 presenciales + 25 online
Paquete 2 de inscripciones	3.800 €	100 presenciales + 50 online

PRECIOS IVA NO INCLUIDO 21%

# Exposición Comercial

## SALA DE EXPOSICIONES AUDITORIO VICTOR VILLEGAS -



# SECRETARÍA TÉCNICA



**INFORMACIÓN Y CONTRATACIÓN:** [secretaria@congresoseh-lelha.es](mailto:secretaria@congresoseh-lelha.es)  
**Teléfono: 91 905 13 24**