

23 SEPTIEMBRE VIERNES

Jornada científica

- 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** **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.
- MODERA:**
Dr. J. Abellán Alemán
Cátedra de RCV. Univ. Católica de Murcia.

Mesa Redonda: Entrenamiento Físico y Salud

- 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.
- MODERA:**
Carlos Alix
Graduado y MSc CAFD. Profesor ENFAF. Grupo de Investigación sobre Biomecánica Aplicada y Tecnología del Deporte, Universidad Autónoma de Madrid.
- 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**

Descanso

Mesa redonda: Ejercicio y salud. ¿Qué entrenamiento es mejor?

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

MODERA:
Enrique Ortín Ortín
C.S. Ceutí Murcia.

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

Mesa redonda: Ejercicio Físico en Situaciones Especiales

19:00 – 19:20 Ejercicio y Cáncer. ¿Por qué?

Aitor Viribay

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

MODERA:
Mariano Leal Hernández
Secretario Soc. Murciana de Hipertensión y RCV.

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 Trañsplant.

19:40 – 20:00 Discusión

Conferencia Magistral

20:00 – 20:30 Conferencia Magistral: Cronobiología y Salud

Juan Antonio Madrid

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

MODERA:
Dr. J. Abellán Huerta
Cardiólogo Clínico e Intervencionista. Master en Riesgo Cardiovascular por UCAM. CEO Área Sístole.

24 SEPTIEMBRE SÁBADO

Jornada científica

Conferencia Magistral

09:00 – 09:30

Marcadores de RCV durante la infancia y adolescencia

Dr. Salvador Zamora

Dpto. de Fisiología.
Universidad de Murcia

MODERA:

Dr. Fernando Hernández Menárguez
C. S. Vistalegre-La Flota
Murcia.

Mesa Redonda: Riesgo Cardiovascular. Los otros Factores.

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.

MODERA:

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

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

Descanso

Mesa redonda: Cuestionando dogmas en nutrición

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

MODERA:

**José María Cayuela
García**

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

11:20 – 11:40

**Scores para alimentos.
¿Sí o no?**

Española del Estudio de
Obesidad (SEEDO).

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



Mesa redonda: Dietas y salud

12:15 - 12:35

Dieta cetogénica y salud

Phil Hugo

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

MODERA:

José Francisco López Gil

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

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

Conferencia de Clausura

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

MODERA:

Dr. Abellán Huerta.

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

14:00

Clausura

Dr. Abellán Huerta.

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