



Agenda preliminar

9:15 – 9:30 Inauguración:

Autoridades:

- *D. Pedro Gullón Tosio, Director de Salud Pública y Equidad en Salud. (Pendiente confirmación)*
- *Dña. Celia García Menéndez, Directora General de Humanización, Atención y Seguridad del Paciente*
- *Dr. Manuel García de la Vega Sosa, presidente de la SEMPSPGS*
- *D. José Julián Díaz Melguizo, Director Gerente Hospital Universitario de La Princesa*
- *D. Andoni Lorenzo Garmendia, Presidente del Foro Español de Pacientes.*

Parte I. Estilo de vida saludable – Más vale prevenir que curar

9:30- 10:00 – Tu escudo invisible: Fortalece tu sistema inmunitario y vence enfermedades

Ponente: D. David Moreno Pérez, Director General de Vacunación de la Junta de Andalucía

El sistema inmunitario es una compleja red de células, tejidos y órganos que trabajan juntos para proteger al cuerpo de invasores dañinos, como bacterias, virus, hongos y parásitos. Su función principal es prevenir enfermedades reconociendo y respondiendo a estos patógenos.

10:00-10:15. “Invierte en Descanso, Gana en Salud: El Sueño como Pilar de la Prevención”

Ponente: D. Carlos Egea Santaolalla, Jefe de la unidad funcional Sueño hospital universitario Álava en osakidetza (pendiente confirmación)

El sueño juega un papel fundamental tanto en la prevención como en el diagnóstico precoz de diversas enfermedades. No es simplemente un período de descanso pasivo, sino un proceso biológico activo esencial para la salud física y mental.

10:15-10:45. Más allá del peso: Nutrición para una vida plena y saludable

Ponente: Dr. Albert Lecube, representante SEEN

Destacar la importancia de: alimentación (Mostrar método del plato en niños, adolescentes y adultos), destacar las consecuencias del consumo de sal y azúcar, y marcar máximos al día.



10:45- 11:15- Mens sana, incorpore sano

Ponente: D. Vicente Gambau i Pinasa, Presidente del Consejo General de Colegios de Licenciados en Educación Física y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (COLEF)

El ejercicio físico es una herramienta poderosa para prevenir enfermedades y mejorar la salud en todas las etapas de la vida y si se tienen enfermedades crónicas. Se analizarán los beneficios del ejercicio físico en relación con enfermedades como la diabetes, obesidad, enfermedad cardiovascular, etc.

11:15- 11:45 Pausa-Café

11:45- 12:15- La importancia de las vacunas

Mesa:

Dña. Gloria Mirada Masips, Vicepresidenta de la Asociación Española de Vacunología (AEV) y especialista en Medicina Preventiva y Salud Pública

Dña. Marta Eva González, Vicepresidenta de Sociedad Española de Medicina Preventiva, Salud Pública y Gestión Sanitaria (SEMPSPGS).

Las vacunas protegen a la persona vacunada de contraer la enfermedad y de sufrir sus complicaciones, que en algunos casos pueden ser graves e incluso mortales. Cuando un alto porcentaje de la población está vacunada, se crea una "inmunidad de grupo" que protege también a aquellas personas que no pueden vacunarse, como los bebés, las personas con enfermedades crónicas o con sistemas inmunitarios debilitados. Distinción entre vacunación en población sana y pacientes crónicos. Tratar el derecho de información del Paciente.

Parte II. Construyendo un futuro saludable: la prevención y el diagnóstico temprano de enfermedades crónicas

12:15-12:45 Tu mejor inversión: Prevención y diagnóstico temprano para una vida plena

Dr. Juan Torres, Presidente de la Sociedad Española de Atención a las Personas con Enfermedades crónicas (SEAPEC)

La importancia de la prevención y el diagnóstico precoz en las enfermedades crónicas.



12:45- 13:15 ¡¡Actúa a tiempo!!: Descubre cómo la prevención puede cambiar tu vida y la importancia del diagnóstico precoz de la diabetes

Diálogo:

Dr. Antonio Pérez, Presidente de la Fundación Española de Diabetes (FED)

Pilar Martínez Gimeno, Presidenta Asociación Diabetes Madrid (ADM)

La prevención y el diagnóstico precoz de la diabetes tipo 2 son fundamentales para evitar o retrasar la aparición de complicaciones graves y mejorar la calidad de vida de las personas. La adopción de hábitos de vida saludables, como mantener un peso adecuado, realizar actividad física regularmente y seguir una dieta equilibrada, puede reducir significativamente el riesgo de desarrollar diabetes tipo 2, especialmente en personas con factores de riesgo como obesidad, sedentarismo o antecedentes familiares de la enfermedad.

13:15- 13:45 Tu plan de acción renal: Prevención, diagnóstico y cuidado.

Diálogo:

Dña. Iluminada Martín-Crespo, Presidenta de la Asociación para la Lucha Contra las Enfermedades Renales (ALCER Madrid)

Dña. Itziar Bueno, Presidenta de la Sociedad Española de Enfermería Nefrológica (SEDEN)

La prevención de la enfermedad renal se centra en adoptar hábitos de vida saludables que protejan la salud de tus riñones. La enfermedad renal a menudo no presenta síntomas en sus etapas iniciales, lo que significa que muchas personas pueden tener la enfermedad sin saberlo. El diagnóstico precoz es fundamental porque permite iniciar el tratamiento temprano y prevenir o retrasar la progresión de la enfermedad.

13:45- 14:15 No dejes que el aire te falte: La importancia vital de la prevención y detección precoz.

D. Manuel García de la Vega, Presidente de Sociedad Española de Medicina Preventiva, Salud Pública y Gestión Sanitaria (SEMPSPGS)

D. Mariano Pastor, Presidente de la Federación Española de Asociaciones de pacientes alérgicos y con Enfermedades Respiratorias (FENAER)

Dr. David de la Rosa, Presidente de la Sociedad Española de Neumología y Cirugía Torácica (SEPAR)

La prevención de enfermedades respiratorias se centra en la adopción de hábitos de vida saludables y la reducción de la exposición a factores de riesgo. La detección precoz de las enfermedades respiratorias es fundamental para iniciar el tratamiento lo antes posible y prevenir complicaciones graves.

14.15-14:30 Despedida y cierre

**Los ponentes que participan en el evento no recibirán contraprestación alguna por su colaboración en el mismo.*