

# MOMENTOS DE VIDA

VALENCIA/ 26 DE OCTUBRE DE 2024

DRA. BLANCA SEGARRA VIDAL

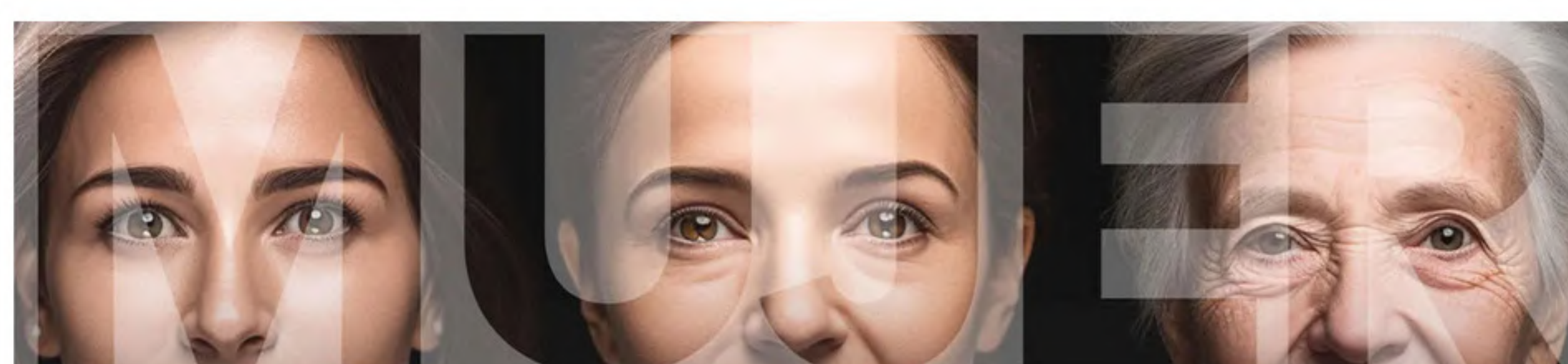
FORMATO ONLINE Y PRESENCIAL

educa  
med



FUNDACIÓN  
FIDYS

Una iniciativa de:



## MOMENTOS DE VIDA



9:00hs  
9:15hs

### APERTURA

DRA. BLANCA SEGARRA VIDAL



9:15hs  
11:15hs

### MESA 1 / DEBATE

#### Somos seres Hormonados



- Gafas para la presbicia y tº hormonal para vivir a lo loco (Homonofobia).
- No consigo ganar músculo y encima estoy ganando grasa y perdiendo hueso: Una etapa vulnerable con la grasa donde no toca.
- No consigo ganar músculo y encima estoy ganando grasa y perdiendo hueso: ¿¿¿y qué más???
- ¡¡¡Articulaciones!!!
- Aún tengo la regla, pero algo no funciona. Perimenopausia.
- ¿Algo nuevo en la menopausia? Alternativas a los tratamientos hormonales.
- Soluciones en la mano de todas: Primera línea de actuación. Ejercicio Nutrición

#### DEBATE



11:15hs  
11:45hs

### Pausa / Café Activo



11:45hs  
13:00hs

### MESA 2 / DEBATE

#### Más allá de procrear



- Las hormonas no solo son para procrear: amenorrea ht.
- Dolor con o sin sexo.
- Me ha dolido tanto que ya no se ni que me duele: hipersensibilidad central.
- Sexualidad.

#### DEBATE



13:00hs  
14:30hs

### COMIDA mindfull eating + paseo con historia / relato



14:30hs  
15:45hs

### MESA 3 / DEBATE

#### Calidad de vida y oncología, una ventana de oportunidad



- ¿Y si quiero saber si soy portadora de una mutación genética de predisposición a tener cáncer sin antecedentes...qué?
- Test genéticos para los profesionales: ¿sin genetistas en España y entonces qué?
- ¿Podemos hablar de calidad de vida antes, durante y después del cáncer?
- Soluciones en la mano de todas: Primera línea de actuación. Ejercicio Nutrición

#### DEBATE



15:45hs  
17:00hs

### MESA 4 / DEBATE

#### Riesgo cardiovascular, desprotegidas frente a la primera causa de muerte



- ¿Menopausia y riesgo Cardiovascular: del latín inevitabilis?
- Cuarto trimestre: ¿por qué nunca me han hablado?
- Nuevos fármacos: ¿Sólo para obesidad?

#### DEBATE



17:00hs  
18:30hs

### MESA 5 / DEBATE

#### Y de postre: algo diferente



- Labioplastia: mujeres valientes.
- ¿Por qué Instagram me ayuda más que mi doctora? No es Instagram quien me enseña y me acompaña es la doctora que hay detrás.
- Cuida la cabeza para que valga la pena cuidar el cuerpo.
- Lo de los bichitos es algo serio: microbiota de nuestro lado.
- Saca la disfrutona que tienes dentro porque moriremos de enfermedad cardiovascular o cáncer.

#### DEBATE



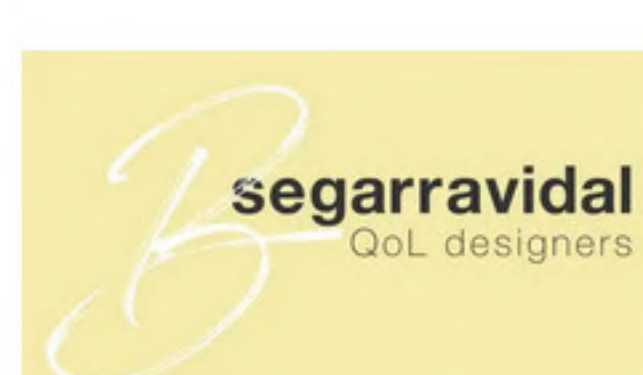
18:30hs

### CLAUSURA

AVALADO POR:

PATROCINADO POR:

COLABORADORES:



Una iniciativa de:

