

Estilo de vida saludable para la salud en España.

Organiza: Soc. Autonómicas de HTA y RV de España

Lugar: Sala Ernest Lluch. Congreso de los Diputados.

Fecha: 2 de marzo de 2026

Horario: De 9,30 a 14 horas

9,30 h. Inauguración y Bienvenida.

**Presentación del documento de Consenso sobre Estilo de Vida saludable.
Objetivos de la reunión**

Dr. José Abellán Alemán

9,45 h. Mesa Redonda. “Los pilares básicos de un estilo de vida saludable: Alimentación, ejercicio físico, relaciones sociales, sueño”

Moderador Dr. Rafael Crespo Sabaris

Alimentación.

Dr. Francisco Fuentes Jiménez

Ejercicio Físico.

Dr. Enrique Ortín Ortín.

Relaciones sociales y sueño.

Dr. Fernando García Romanos

11,15 Descanso

11,45 h. Mesa Redonda. “Los pilares básicos de un estilo de vida saludable: Control del tabaquismo, estrés, sexualidad y contaminación “

Moderador Dr. Fernando García Romanos

Conductas adictivas. Control del tabaquismo.

Dr. Javier Nieto Iglesias

Estrés, sexualidad y contaminación.

Dr. Rafael Crespo Sabaris

Aportación de la farmacia comunitaria al estilo de vida saludable.

D^a Ángeles Villanueva Valle

Recomendaciones para los pacientes.

Dr. José Abellán Huerta

13,15 h. Mesa Redonda. “Políticas de promoción e implantación de un Estilo de vida saludable en España”.

Moderadores Dr. J. Abellán Alemán y F. J. Fuentes Jiménez

Portavoces de sanidad de los partidos con representación parlamentaria y Foro Español de Pacientes

Clausura de la reunión.

Decálogo del Doc. De Consenso sobre Estilo de Vida Saludable

Dr. José Abellán Alemán

Ángeles Villanueva Valle. Vicepresidenta de la Sociedad Española de Farmacéuticos y Nutricionistas Comunitarios.