

Estilo de vida saludable para la salud en España.

Organiza: Soc. Autonómicas de HTA y RV de España

Lugar: Sala Campoamor. Congreso de los Diputados.

Acceso Carrera de San Jerónimo 36

Fecha: 19 de enero 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

Clausura de la reunión.

Decálogo del Doc. De Consenso sobre Estilo de Vida Saludable

Dr. José Abellán Alemán

Participantes

José Abellán Alemán. Cátedra de Riesgo Cardiovascular. Universidad Católica de Murcia. Coordinador nacional de las Soc. Autonómicas de HTA y RV de España.

José Abellán Huerta. Serv. Cardiología Hosp. General Universitario Santa Lucía. Cartagena. Cátedra de RCV. Universidad Católica de Murcia. Soc. Murciana de HTA y RCV.

Rafael Crespo Sabaris. C. S. Entrena. La Rioja. Presidente de la Soc. Riojana de Hipertensión y Riesgo Vascular.

Francisco José Fuentes Jiménez. Serv. Medicina Interna. Unidad de Lípidos y Arteriosclerosis. Hosp. Universitario Reina Sofía. Córdoba. Sociedad Andaluza de HTA y Riesgo Vascular.

Fernando García Romanos. Centro de Salud Santa Catalina. Palma de Mallorca. Presidente de la Soc. de Hipertensión y Riesgo Vascular de las Islas Baleares.

Javier Nieto Iglesias. Nefrólogo. Soc. Castellano Manchega de Hipertensión y Riesgo Vascular.

Enrique Ortín Ortín. Centro de Salud de Ceutí. Murcia. Soc. Murciana de HTA y Riesgo Cardiovascular.

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