



club vital
CONGRESO

La salud no se trata, *se construye.*

AGENDA OFICIAL

DÍA 1 – JUEVES 5 DE NOVIEMBRE COMPRENDER EL SISTEMA



7:30 – 8:30 a.m.

Registro de participantes



8:30 – 9:00 a.m.

Apertura oficial.
Intervención de los Presidentes del Club Vital

BLOQUE 1 – PANORAMA Y MARCO CONCEPTUAL



9:00 – 9:40 a.m.

El pilar olvidado del tratamiento: ¿Cómo el estilo de vida potencia la medicina
Juan Carlos Santacruz. Director Amesvida.



9:40 – 10:20 a.m.

Una sola salud: del individuo al sistema.
Natalia Jaime. Médica Familiar.



10:20 – 10:40 a.m.

Minuto Vital y Receso

BLOQUE 2 – ALIMENTACIÓN + METABOLISMO



10:40 – 11:20 a.m.

Alimentación: más allá de la dieta, una intervención terapéutica.
Nancy Mercado. Nutricionista.



11:20 – 11:50 am.

Trabajo, alimentación y metabolismo: el riesgo invisible.
Luis Fernando Rincón. Médico del Trabajo SCMT.



11:50 – 12:10 m.

Síntesis transversal. Preguntas.
Reflexiones con intervenciones. ¿Cómo llevar el bloque a la vida diaria y a la práctica clínica?



12:10 – 2:00 p.m.

Almuerzo libre

BLOQUE 3 – MOVIMIENTO Y FUNCIONALIDAD



2:00 – 2:35 p.m.

El músculo como órgano terapéutico.
Eliaana Rojas. Médica del Deporte.



2:35 – 3:05 p.m.

Sedentarismo estructural: el verdadero enemigo.
Catalina Abaunza. Médica del Deporte.



3:05 – 3:40 p.m.

La revolución del Minuto Vital.
Angela María Gómez. Fisioterapeuta.



3:40 – 4:10 p.m.

Síntesis transversal. Preguntas.
Reflexiones con intervenciones. ¿Cómo llevar el bloque a la vida diaria y a la práctica clínica?



4:10 – 4:20 p.m.

Cierre día 1 + reflexiones



La salud no se trata, *se construye.*

AGENDA OFICIAL

DÍA 2 – VIERNES 6 DE NOVIEMBRE FUNDAMENTOS Y APLICACIÓN EN LA VIDA DIARIA



8:00 – 8:30 a.m.

Apertura día 2

BLOQUE 4 – SUEÑO



8:30 – 9:05 a.m.

Dormir no es descansar: el error clínico más frecuente.
Leslie Vargas. Médica del Sueño.



9:05 – 9:25 a.m.

Fatiga laboral: cuando el sistema enferma el descanso.
Sergio Naza. Médico del Sueño.



9:25 – 9:45 a.m.

Síntesis transversal. Preguntas.
Reflexiones con intervenciones. ¿Cómo llevar el bloque a la vida diaria y a la práctica clínica?

BLOQUE 5 – SALUD MENTAL



9:45 – 10:20 a.m.

El estrés como enfermedad sistémica.
Diego Beltrán. Médico Familiar.



10:20 – 10:55 a.m.

Entornos laborales que enferman: estrés organizacional.
Diego García. Médico del Trabajo y Médico de Estilo de Vida.



10:55 – 11:30 a.m.

Biofilia: La fuerza terapéutica de la inmersión consciente en la naturaleza.
Juan Carlos Santacruz. Director Amesvida.



11:30 – 11:45 a.m.

Práctica biofilica.



11:45 – 12:00 m.

Síntesis transversal. Preguntas.
Reflexiones con intervenciones. ¿Cómo llevar el bloque a la vida diaria y a la práctica clínica?



12:00 – 1:30 p.m.

Almuerzo

BLOQUE 6 – RELACIONES Y ENTORNO



1:30 – 2:05 p.m.

Relaciones humanas: el pilar olvidado de la salud.
Alejandra León. Médica Familiar.



2:05 – 2:40 p.m.

Relaciones humanas, sexualidad y salud.
Viviana Cabrera. Psicóloga.



2:40 – 3:00 p.m.

Síntesis transversal. Preguntas.
Reflexiones con intervenciones. ¿Cómo llevar el bloque a la vida diaria y a la práctica clínica?

BLOQUE 7 – SUSTANCIAS Y ENTORNOS NOCIVOS



3:00 – 3:35 p.m.

Adicciones modernas: más allá de las sustancias.
Nelson Páez Espinel. Médico neumólogo.

BLOQUE 8 – INTEGRACIÓN



3:35 – 4:15 p.m.

Panel interdisciplinario: Integración clínica de los 6 pilares.
Alejandra León, Leslie Vargas, Eliana Rojas, Diego García.



4:15 – 4:30 p.m.

Conclusiones finales



4:30 p.m.

Clausura oficial