

# I CONVENCION DE LA ALIANZA RIOJANA POR LA SALUD DEPORTE Y SALUD

Logroño, 1 y 2 de marzo de 2019  
Palacio de los Deportes de La Rioja



## DIA 1 DE MARZO

- 18:00 ACTO DE APERTURA (Sala 1)
- 18:15 PRESENTACION DE LA CONVENCION Y PONENCIA (Sala 1)  
**PRESENTE Y FUTURO DE LA ALIANZA RIOJANA POR LA SALUD**  
Juan Ramón Rábade Iraizoz.  
Director General de Salud Pública y Consumo del Gobierno de La Rioja
- 18:30 **EL DEPORTE EN LA DISCAPACIDAD**  
FUNDACION O.N.C.E. (Sala 1)
- 19:00 **LA MEDICINA REGENERATIVA EN EL TRATAMIENTO Y EN LA PREVENCIÓN DE LAS LESIONES DEPORTIVAS**  
Dr. Gonzalo Mora ITRAMED. (Sala 1)
- 19:30 **TRATAMIENTO CON FACTORES DE CRECIMIENTO EN LESIONES DEPORTIVAS**  
Dr. Juan Azofra (Sala 1)
- 20:00 **DESMONTANDO MITOS SOBRE ALIMENTACIÓN**  
D. Alberto Gutiérrez y Eva Pérez Gencico. ADDLAR (Sala 1).

## DIA 2 DE MARZO

### PROGRAMA DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS

- 09:30 **EJERCICIO FISICO SALUDABLE - Ejercicio físico y patologías cardiovasculares**  
D. David Pastor - C.O.L.E.F. (GIMNASIO)
- 10:30 **EJERCICIO FISICO SALUDABLE - Ejercicio físico y entrenamiento funcional**  
D. David Pastor - C.O.L.E.F. (GIMNASIO)
- 10:30 **GENERGY.** (PISTA CENTRAL). ALTAFIT GYM CLUB
- 11:30 **ZUMBA.** (PISTA CENTRAL). ALTAFIT GYM CLUB
- 12:30 **GMIND.** (PISTA CENTRAL). ALTAFIT GYM CLUB
- 13:00 **CIRCUITO DE HABILIDAD CON PATINES.** (EXTERIORES DEL PALACIO)  
CLUB PATIN RIOJA
- 16:00 **EJERCICIO FISICO SALUDABLE - Ejercicios y hábitos saludables**  
D. Jorge Jiménez - C.O.L.E.F. (GIMNASIO)
- 17:00 **EJERCICIO FISICO SALUDABLE - Ejercicios y lesiones**  
D. Jorge Jiménez - C.O.L.E.F. (GIMNASIO)
- 17:30 **CICLO INDOOR.** (PISTA CENTRAL). ALTAFIT GYM CLUB
- 18:30 **CICLO INDOOR.** (PISTA CENTRAL). ALTAFIT GYM CLUB
- 19:30 ACTO DE CLAUSURA

Recaudación íntegra a beneficio de la ASOCIACIÓN ESPAÑOLA CONTRA EL CÁNCER. Reservar de plazas en actividades deportivas: ALTAFIT GYM CLUB C/ DUQUESA DE LA VICTORIA 34 o en el email logrono@altafit.es

PONENCIAS, TALLERES, PATINES Y CHARLAS EN EL GIMNASIO: ENTRADA LIBRE

## DIA 2 DE MARZO. PONENCIAS

- 11:30 **UNA EXPERIENCIA DE ÉXITO DE INCORPORACIÓN DEL EJERCICIO FÍSICO Y EL DEPORTE EN LA POBLACIÓN** (Sala 2)  
Iván Clavel. Gerente de la Fundación Deporte Gallego.  
José Antonio Sevilla. Patrono de la Fundación España Activa.
- 12:30 **MESA REDONDA DE DEPORTISTAS DE ELITE** (Sala 1)  
**EL DEPORTE COMO BASE DE LOS HABITOS DE VIDA SALUDABLE**
- 12:30 **EL PAPEL DE LOS COLEGIOS DE MÉDICOS EN LA PROMOCIÓN DE HÁBITOS SALUDABLES Y EN EL MANEJO DE LA CRONICIDAD** (Sala 2)  
Javier Pinilla Moraza. Presidente de la Comisión de Formación del Colegio Oficial de Médicos de La Rioja.
- 13:30 **Conferencia. "DEPORTE Y VEGETARIANO"** (Sala 2)  
Alba Velázquez y Ráquel Fernández. ADDLAR
- 16:00 **PRESENTACION DE LOS VIVEROS DE INICIATIVAS DE LA ALIANZA RIOJANA POR LA SALUD** (Sala 2)  
Participantes: miembros de los foros networking de la Alianza.

## DIA 2 DE MARZO. TALLERES

- 9:30 **Taller. "CÓMO SALVAR VIDAS CON NUESTRAS MANOS"** (Sala 1)  
Sesiones prácticas sobre cómo reaccionar ante una emergencia como el atragantamiento y cómo realizar RCP.  
A cargo de instructores de soporte vital básico y desfibriladores de la mano de Iberocardio Formación e Iberocardio Social.
- 9:30 **Charla-taller. TABACO, EJERCICIO FÍSICO Y DEPORTE** (Sala 2)  
Cristina Nuez Vicente. Psicóloga y técnico en drogodependencias.  
Consejería de Salud del Gobierno de La Rioja
- 10:30 **Taller. RECOMENDACIONES NUTRICIONALES BASADAS EN LA EVIDENCIA** (Sala 2)  
Dra Claudia Haztell Bonilla. Grupo de nutrición de la Sociedad Riojana de Medicina Familiar y Comunitaria.
- 17:00 **AULA EXPERIENCIAL** (Sala 2)  
Actividades de los distintos miembros de la Alianza Riojana por la Salud.

ORGANIZAN



PATROCINAN



COLABORAN

