

SEMANA DE LA CIENCIA - 18 AL 20 DE FEBRERO 2025

¡¡CUIDA TU SALUD
POTENCIA TU FUTURO!!

JORNADAS

Retos Saludables para los Jóvenes del Siglo XXI

18 FEBRERO 2025

10 HORAS

AULA MAGNA

INSCRIPCIONES



ORGANIZAN:



PONENCIAS
10:00 A 14:00 HORAS

INAUGURACIÓN DE LAS JORNADAS

P. ENRIQUE SOMAVILLA RODRÍGUEZ (O.S.A)

RECTOR DE LOS ESTUDIOS SUPERIORES DEL ESCORIAL Y
DEL REAL CENTRO UNIVERSITARIO MARÍA CRISTINA.

- **DOCTOR PEDRO GARGANTILLA - "HABITOS SALUDABLES, LA CLAVE DE UNA VIDA SAÑA"**
JEFE DE MEDICINA INTERNA DEL HOSPITAL DE EL ESCORIAL.
- **LETICIA LOPEZESCUDERO - "ESTRATEGIAS NUTRICIONALES SALUDABLES ACTUALES: INTEGRANDO ESTILO DE VIDA Y CRONONUTRICION"**
NUTRICIONISTA
- **ANA ECHEVESTE - "TU BIENESTAR, TU RESPONSABILIDAD: CÓMO CUIDAR DE TI MISMO EN TU VIDA LABORAL"**
QUIROPRÁCTICA – NUTRICIONISTA

13:30 HORAS
COMUNICACIÓN

- **JAIME GARCÍA-CASTELLANO GERBOLÉS "ECONOMÍA DE DOPAMINA".**

COMIDA
14:00 A 16:00

PONENCIAS
16:00 A 17:30

- **DOCTOR JOAQUIN DURAN CANTOLLA - "EL SUEÑO Y LA SALUD: LA IMPORTANCIA DEL SUEÑO PARA MANTENERNOS SALUDABLES Y SER MÁS FELICES"**
NEUMÓLOGO - EXPERTO EN MEDICINA DEL SUEÑO
- **DOTOR ALEJANDRO TOVAR - "DE LA BOCA AL SUEÑO: LA IMPORTANCIA DEL DENTISTA EN LA SALUD DEL SUEÑO DE LOS JÓVENES"**
ODONTÓLOGO - EXPERTO EN MEDICINA DENTAL DEL SUEÑO