saúdeportugal 2008
expo & conferências

Conferência

Exercício e Saúde: Verdades e Consequências
Lisboa - 10 de Abril de 2008

Auditório I

8.30 – 9.15 - Sessão de Abertura
Prof. Dr. Luís Sardinha, Presidente do Instituto de Desporto de Portugal; Prof. Dr. Manuel Carrageta, Presidente da Fundação Portuguesa de Cardiologia; Prof. Dr. José Soares, Presidente da Comissão Científica, Prof. José Costa, Presidente da AGAP – Associação dos Ginásios e Academias de Portugal e Dr. Rui Moreira de Sá, director do Jornal do Centro de Saúde

9.30-10.00 - Apresentação do programa "Especialista em Exercício Clínico"
Prof. Dr. Manuel Carrageta e Prof. Dr. José Soares

10.00-10.20 - Exercício, saúde e bem-estar em Portugal: como estamos e como deveríamos estar - Prof. Dr. Luís Sardinha
10.30-10.40 - Discussão

10.30-11.00 – Coffee Break

11.00 -11.20 - Exercício e risco cardiovascular: morte súbita
Prof. Dr. Ovídio Costa
11.20 -11.30 - Discussão

11.30-11.50 – Exercício e hipertensão: um meio não-farmacológico
Dra. Paula Alcântara
11.50-12.00 - Discussão

12.00-12.20 – Alimentação e colesterol: a ligação (im) possível?
Dra. Helena Cid
12.20.12.30 – Discussão

12.30-12-15 - Pressão Arterial e factores de Risco: o papel da estratificação na população activa
Prof. Dra. Helena Santa Clara
Discussão: 12.50-13.00

13.00 – 14.00 - Almoço saudável **14:00 – 14.30 - Caminhada saudável pelo Salão**

14.30-15.50 - Exercício e excesso de peso: factos e mitos
Prof. Dr. Pedro Teixeira
15.00 -15.15 - Discussão

15.15 – 15.35 - Exercício e osteoporose: novidades para o tratamento
Prof. Dra. Fátima Batista
15.35-15.45 – Discussão

15.45 – 16.15 – Tea Break

16.15-16.35 - Exercício e saúde: o papel dos ginásios e academias
Dr. Luís Cerca e Dr. Frederico Raposo
16.35-16.45 – Discussão

16.45-17.05 – Exercício e hidratação: água *versus* bebida desportiva
Prof. Dr. José Soares
17.05-17.15- Discussão

Organização Centro Saúde Health Wellness
Patrocínio institucional
Apoio científico
Media Partner Diário de Notícias
Apoios institucionais FIADC agap
Secretariado MARKETING for you
Consultora de Comunicação Lift
Beloura Office Park, Edifício 4, Escritório 1.2-2710-693 Sintra
Tel.: 219 247 672 Fax: 219 247 679
E-mail: saude.portugal3@jornaldocentrodesaude.pt
www.jornaldocentrodesaude.pt

17.15-17.45 - Meios ergogénicos e doping em ginásios: um problema (in) solúvel?
Prof. Dr. Luís Horta
17.45-18.00 - Discussão

18.00 - Sessão de Encerramento
Secretário de Estado da Juventude e Desporto, Dr. Laurentino Dias ; Director-Geral da Saúde, Dr. Francisco George