

JORNADA HÍBRIDA (PRESENCIAL Y ONLINE)

España tiene sueño un problema a resolver por la sociedad

Los peligros del insomnio: impacto en la salud y la calidad de vida, en niños, jóvenes y adultos.

31 DE ENERO • DE 12:00 A 14:00
MONDAY GRAN VÍA | c/ Gran Vía, 4

Un evento de:

 **ALIANZA**
POR EL SUEÑO

Organizado por:

JORNADA GRATUITA PREVIO REGISTRO EN:
[HTTPS://FORODEPACIENTES.ORG/INSCRIPCIONES-ESPANA-TIENE-SUENO/](https://forodepacientes.org/inscripciones-espana-tiene-sueno/)

 **ASOCIACIÓN**
Española
del Sueño

 **foro**
español
de pacientes

JORNADA HÍBRIDA (PRESENCIAL Y ONLINE)

España tiene sueño un problema a resolver por la sociedad

Los peligros del insomnio: impacto en la salud y la calidad de vida, en niños, jóvenes y adultos.

Programa

11:30 h - 12:00 h	Llegada de asistentes y Registro.
12:00 h - 12:10 h	Inauguración. A cargo de la Dra. Ana López (Vocal del Foro Español de Pacientes. Gerente y médico en la Asociación Aragonesa Pro Salud Mental - ASAPME).
12:10 h - 13:50 h	Mesa de debate: España tiene sueño: un problema a resolver por la sociedad. <ul style="list-style-type: none">• Dra. Ana López. Moderadora.• Dr. Gonzalo Pin (Pediatra. Especialista en trastornos del sueño en niños).• Dra. Carmen Bellido (Coordinadora del Servicio de Prevención de Riesgos Laborales Hospital General Universitario de Castellón. Coordinadora de grupo Economía, Empresa y Sostenibilidad de la Alianza por el Sueño)• Dr. Manuel Armayones Ruiz (Coordinador del Behavioural Design Lab en el eHealth Center de la UOC)• Ana Jiménez (Presidenta de AESPI - Asociación Española de Síndrome de Piernas Inquietas. Paciente).
13:50 h - 14:00 h	Conclusiones y Cierre de Jornada.
14:00 h	Cóctel.

31 DE ENERO • DE 12:00 A 14:00
MONDAY GRAN VÍA | c/ Gran Vía, 4

Un evento de:



Organizado por:



JORNADA GRATUITA PREVIO REGISTRO EN:
[HTTPS://FORODEPACIENTES.ORG/INSCRIPCIONES-ESPANA-TIENE-SUENO/](https://forodepacientes.org/inscripciones-espana-tiene-sueno/)

Ponentes



Dra. Ana López
Trencó

Dra. Ana López Trencó (Vocal del Foro Español de Pacientes. Gerente y médico en la Asociación Aragonesa Pro Salud Mental - ASAPME).

Licenciada en Medicina y Cirugía por la Universidad de Zaragoza. Técnico Ortoprotésista. Médico Evaluador del Daño Corporal. Experta en Dirección de Empresas de Economía Social, en Discapacidad y Salud Mental.

Ana López cuenta con más de 35 años de experiencia en asociaciones de pacientes, actualmente desempeña el cargo de gerente y médico en la Asociación Aragonesa Pro Salud Mental (ASAPME).

Ha intervenido como ponente en foros sanitarios y sociales; y participado en numerosos programas de radio y televisión difundiendo hábitos mentales saludables. Recibió el I Premio DKV Medicina y Solidaridad 2013 y el Premio ARAME a la Responsabilidad Social 2015.



Dr. Gonzalo Pin
Arboledas

Dr. Gonzalo Pin (Pediatra. Especialista en trastornos del sueño en niños).

El Dr. Gonzalo Pin Arboledas es un destacado pediatra y experto en trastornos del sueño. Licenciado en Medicina, es Pediatra Puericultor y posee un Máster en Terapia de Modificación de Conducta y un título de Experto Universitario en Medicina de los Trastornos del Sueño. Es coordinador del Grupo de Sueño y Cronobiología de la Asociación Española de Pediatría y coordinador Unidad de Sueño de policlínica Clineva Valencia. En el ámbito académico, ha publicado 3 libros como autor principal, coautor de otro libro y varios capítulos en diferentes libros, además de más de 200 artículos en revistas de impacto nacionales e internacionales, todos enfocados en su especialidad.



Dr. Manuel
Armayones Ruiz

Dr. Manuel Armayones Ruiz (Coordinador del Behavioural Design Lab en el eHealth Center de la UOC)

Dr. Manuel Armayones Ruiz es un reconocido psicólogo y experto en salud digital. Es Doctor en Psicología y actualmente es profesor de los Estudios de Psicología y Ciencias de la Educación en la Universitat Oberta de Catalunya (UOC). Coordina el grupo de investigación Behavior Design Lab del eHealth Center de la UOC, donde se centra en el diseño del comportamiento y el diseño de tecnología persuasiva para promover la salud y estilos de vida saludables a través de la tecnología². Ha trabajado en proyectos que buscan crear hábitos saludables a través de nuevas tecnologías, incluyendo el abordaje de problemáticas como el insomnio. En 2019, fue reconocido como uno de los líderes en salud en España y en 2018, la asociación estadounidense Healthcare Information and Management Systems Society (HIMMS) lo reconoció como uno de los cincuenta líderes europeos en el ámbito de la salud digital.

Ponentes



Dra. Mª del Carmen
Bellido Cambrón

Dra. Carmen Bellido (Coordinadora del Servicio de Prevención de Riesgos Laborales Hospital General Universitario de Castellón. Coordinadora de grupo Economía, Empresa y Sostenibilidad de la Alianza por el Sueño)

Especialista en Medicina del Trabajo y Doctora en Medicina. Posee la certificación TSPRL Hi, E-P, que destaca su competencia en el ámbito de la prevención de riesgos laborales. Actualmente, es responsable y coordinadora del Servicio de Prevención de Riesgos Laborales en el Hospital General Universitario de Castellón. Además, aporta a la formación de futuros profesionales en su campo como tutora de residentes de Medicina del Trabajo. Es Coordinadora del grupo de Economía, Empresa y Sostenibilidad de la Alianza por el Sueño. Su trabajo en la Alianza demuestra su compromiso con la mejora de la salud del sueño y la atención a los pacientes con trastornos del sueño. Su tesis doctoral, *“Trastornos del sueño: repercusión de la cantidad y calidad del sueño en el riesgo cardiovascular, obesidad y síndrome metabólico”*, completa su especialización en esta problemática.



Ana Mª Jiménez
Velilla

Ana Mª Jiménez Velilla (Presidenta de AESPI - Asociación Española de Síndrome de Piernas Inquietas. Paciente).

Ana Mª Jiménez Velilla ejerce como Presidenta de la Asociación Española de Síndrome de Piernas Inquietas (AESPI), y también ocupa el cargo de Vicepresidenta de la Alianza Europea de Síndrome de Piernas Inquietas (EARLS). Además, es miembro del Grupo de Estudio Europeo de SPI (EURLSSG). Su compromiso con la causa es aún más personal, ya que está diagnosticada con SPI desde hace 20 años y actualmente sufre un grado severo de la enfermedad. Su experiencia personal y profesional la convierten en una figura clave en la lucha contra el SPI.

JORNADA HÍBRIDA (PRESENCIAL Y ONLINE)

España tiene sueño
un problema a resolver por la sociedad

Los peligros del insomnio: impacto en la salud y la calidad de vida, en niños, jóvenes y adultos.

Un evento de:



Organizado por:

