

Fòrum

Dona i Menopausa

CONFERENCIANTES

-**Teresa Rius i Gelabert**, cardióloga de la **CLÍNICA TEKNON**.

“¿Cómo conseguir un corazón sano y feliz?”.

Licenciada en Medicina y Cirugía por la Universidad de Barcelona, Facultad de Medicina de la unidad Docente del Hospital de Bellvitge y especializada en Cardiología, en el Hospital de la Vall de Hebron.

Post-graduado en “Cardiacimaging” (Diagnóstico por la Imagen Cardíaca), Laboratorio de Resonancia Cardíaca Magnética y Tomografía Axial Computerizada, Mount Sinai Hospital Center, Nueva York.

Médico adjunto de Cardiología en la Unidad de Arritmia, en la Planta de hospitalización y en la Unidad de Post-operatorios de Cirugía Cardíaca, del Hospital de la Vall d’Hebron. Médico Adjunto en Cardiología, directora del departamento TAC cardíaco y directora de la consulta de Cardiología y Medicina Interna CMI, en el Centro Médico Teknon.

Miembro de la Academia de Ciencias Médicas de Catalunya y Baleares, de la Sociedad Catalana de Cardiología y de la Sociedad Española de Cardiología.

Ha participado en numerosos Congresos, Cursos y Simposios de Cardiología, así como participado en diversas publicaciones especializadas.

-**Mercedes Andany**, terapeuta psico-corporal-Ginebra.

“¿Qué me pausia?”.

Terapeuta desde hace 25 años, es licenciada en matemáticas y filosofía. Durante 10 años, enseñó meditación en Inglaterra, en la India y en América Latina. Después se ha dedicado al estudio del cuerpo y obtuvo un diploma de naturopatía, y se formó también en el Método de Liberación de Corazas. Además, ha profundizado esta exploración del ser humano estudiando a Jung y el Inconsciente. Estudia y practica el Tantra y el Tao.

Gracias a esta visión global, ella misma consiguió sanarse de fibromialgia, así como de un hipotiroidismo autoinmune, dos enfermedades reconocidas como incurables por los médicos consultados.

Casada y madre de dos hijos, Mercedes trabajó en el Deutsche Bank, y en el Comité Internacional de la Cruz Roja y el Ayuntamiento de Ginebra, donde fue encargada de la organización interna y de ecología. Participó en la creación de la Banca Alternativa Suiza, siendo miembro de su primer Consejo Administrativo y de su Consejo Ético.

Enseña y practica sus programas en Ginebra, Barcelona, Londres y París.

“Mi sueño: establecer en mí misma y en mi alrededor la Alegría, apoyada en la conciencia, y sobrepasando las heridas colectivas y personales. El arte de vivir es un aprendizaje, una disciplina. La Alegría es una opción valiente.”

-Leila Onbargi, ginecóloga de la **CLÍNICA TEKNON**.

“El tratamiento hormonal en la menopausia: Ángeles o Demonios?”.

Diplomatura del American Board of Obstetrics and Gynecology. Miembro del American College of Obstetricians and Gynecologists, del American Association of Gynecologic Laparoscopists. Certificada por el Colegio Español de Médicos y por la Sociedad Española de Ginecología y Obstetricia. Miembro SEGO Sociedad Española de Ginecología y Obstetricia y del NAMS-North American Menopause Society, del IMS-International Menopause Society y del AEEM-

Asociación Española para el Estudio de La Menopausia. NAMS Certified Menopause Practitioner (NCMP).

Tiene consulta privada de Ginecología y Obstetricia - Centro Médico Teknon – en Barcelona donde realiza atención al embarazo y parto, planificación familiar, cirugía ginecológica y endoscópica, ginecología general y medicina preventiva. Es especialista en el tratamiento de la menopausia y ha participado en numerosos congresos y cursos en todo el mundo, algunos de los cuales son: la 13 Conferencia Mundial sobre la Menopausia, Roma, 2011; Diálogos de Salud al público: “Todo lo que se tiene que saber sobre la Menopausia”, en el Centro Médico Teknon; Primer curso de aproximación a la artrosis en la mujer menopáusica AEEM o 33 Symposium Internacional “Los grandes desafíos de la obstetricia actual”, Instituto Dexeus.

-Cristina Rubio, bióloga de **DRANSAVI**.

“No te sofoques: Los Fitoestrógenos”.

Obtuvo su licenciatura en biología en la Universidad de León en 2006. Posteriormente y tras tener otras experiencias laborales entra a formar parte de Drasanvi como responsable del Departamento I+D+i.

Gracias a su continua formación y participación en foros y debates, Cristina Rubio es experta en “Fitoterapia y sus principios activos, aplicados a los complementos alimenticios”.

-**Santiago Dexeus**, director de **SOMDEX**, Ginecología.

“La menopausia desde un enfoque global de la mujer”.

Santiago Dexeus i Trias de Bes, médico ginecólogo catalán. Actualmente dirige *Somdex -equipo de ginecólogos de Dr. Santiago Dexeus-* y es director científico de la *Fundación Escuela Dexeus*.

Actualmente uno de sus ámbitos de investigación y práctica asistencial es la ginecología oncológica.

En 1959 se licenció en Medicina en la Universidad de Barcelona, se especializó en las universidades de Manchester, Suiza, París y Florencia, y en 1964 obtuvo el doctorado en la Universidad de Madrid. Fue médico residente en el Instituto de Maternidad de Barcelona, del que fue director del departamento de oncología y maternidad de 1964 a 1972. Ha sido profesor de la Facultad de Medicina de la Universidad Autónoma de Barcelona desde 1998 y co-director

de la revista mensual *Progresos de Obstetricia y Ginecología*. Es miembro numerario de la *Real Academia de Medicina de Cataluña*.

Santiago Dexeus ha sido uno de los pioneros en la defensa del derecho de la mujer al uso de la píldora anticonceptiva y de las técnicas de reproducción asistida. En 1984 fue artífice del nacimiento del primer bebé probeta en nuestro país: Victoria Anna Sánchez Perea. Sus aportaciones en el campo de la ginecología son asimismo numerosas destacando la creación del primer comité clínico para la prevención y tratamiento del cáncer ginecológico, entre otros.

De 1992 a 2002 ha sido presidente de la *Comisión Nacional de Obstetricia y Ginecología*. Es presidente de honor de la *Sociedad Española de Citología* y en 2007 fue nombrado presidente de la *European Federation of Colposcopy*.

Ha recibido la Medalla de Oro al Mérito en el Trabajo (2004) y la Cruz de Sant Jordi (2009).

-**Francesc Segarra**, psicólogo de la **CLÍNICA DEL SUEÑO ESTIVILL**.

“Alteraciones del sueño en la mujer: buscando soluciones”.

Licenciado en Psicología (especialidad clínica) por la Universidad de Barcelona. Máster en Psicología Clínica y de la Salud y posgraduado en Neuropsicología Clínica. Ha realizado Cursos de doctorado en Psiquiatría y Psicología Clínica, en la Facultad de Medicina de la UAB (Universidad Autónoma de Barcelona).

Actualmente es coordinador de la Clínica del Sueño Estivill (USP Instituto Universitario Dexeus de Barcelona y Capio Hospital General de Cataluña), en la que es especialista

en alteraciones del sueño en la Clínica del Sueño desde el año 1992. Igualmente realiza su actividad docente, como profesor externo, en la Universidad de Barcelona (UB).

-Gemma Olivera Sánchez, Comadrona ASSIR, Granollers. **GRUPO ITALFARMACO**.

“Afrontando un nuevo cambio, combatiendo la sequedad”.

Diplomada en enfermería por la UB. Postgrado de Enfermería Oncológica. Especialidad en enfermería obstétrico-ginecológica. Enfermera oncológica en el Instituto Catalán de Oncología (Hospitalet de Llobregat, 1997-2001) y en el Centro Oncológico M.D. Anderson Internacional España (Madrid, 2001-2003). Comadrona de la Unidad Docente de Comadronas (UB, Hospital de Granollers, 2004–2006). Comadrona asistencial desde 2006. Comadrona en la sala de partos del Hospital Sachsenhausen (Frankfurt am Main, Alemania, 2007). Desde 2008, es comadrona de la sala de partos del Hospital General de Granollers y comadrona adscrita al PASSIR (Programa de Atención a la Salud Sexual y Reproductiva) de Granollers/CAP de Cardedeu. Gemma Olivera es miembro de la Vocalía de Comadronas del Colegio Oficial de Enfermería desde 2008 y colaboradora docente con las comadronas internas residentes adscritas a la formación del Hospital General de Granollers/PASSIR de Granollers desde 2008.

-M. Teresa Figueras, Licenciada en Biología. **COLNATUR**.

“Menopausia: No dejes escapar tu colágeno! Nutrición en la menopausia”.

Licenciada en Biología. Directora Gerente de Protein,S.A, es especialista en colágeno. Ha participado como conferenciante en numerosas jornadas, congresos, encuentros y cursos de postgrado de medicina, relacionados con colágeno y salud femenina.

-M. Pilar Ibern, Gavina, nutricionista de **VEGETALIA**.

“Nutrición en la menopausia”.

Profesora y escritora especializada en cocina vegetariana creativa y en salud. Conocida más como “Gavina”, en 1983 se introduce en el campo del higienismo y el naturismo, su filosofía de vida. Descubre la capacidad medicinal de los alimentos curándose a ella misma. Sus estudios artísticos la influenciarán en el enfoque de su talento creativo en la cocina. A los 20 años empieza a dedicarse plenamente y profesionalmente al arte gastronómico, difundiendo en todo el país la alimentación vegetariana en talleres, seminarios, artículos y publicaciones.

Actualmente es colaboradora habitual en diversos medios de comunicación desde los que propaga su amor por la cocina. Igualmente, imparte clases de cocina: "CULLEROT LA CUINA DE GAVINA".

Ha recibido tres veces el premio Gourmand Cookbook, el último por su libro "**Las 69 recetas más afrodisiacas de la cocina vegetariana**".

-Dra. Isabel Fernández, ginecóloga. **CIEN POR CIEN NATURAL**.

“¡Uy me duelen los huesos! Que hago ?”.

Dirige la Unidad de Ginecología-Obstetricia y la Unidad de Medicina Integrativa de la *Clínica Go&Fer* y pasa consulta en el Centro Asistencial de Sant Joan Despí y Centro Médico Ausiàs Marc de Barcelona.

Licenciada en Medicina y Cirugía por la Universidad Autónoma de Barcelona. Es especialista en Ginecología y Obstetricia desde 1992 y miembro numerario de la Sociedad Española de Ginecología y Obstetricia (SEGO) y de la Sociedad de Ginecología y Obstetricia de la Academia de Ciencias Médicas de Catalunya y Baleares.

-Dra. María de la Paz, médico especialista en ojo seco y superficie ocular del **Institut Barraquer** .

¿Qué pasa con mis ojos?”

Licenciada en Psicología y Medicina en Manila, Filipinas, su ciudad natal. En 2000 obtuvo una beca de la Agencia Española de Cooperación Internacional para realizar un “fellowship” en el Institut Universitari Barraquer, donde realizó también un Máster de Segmento Anterior.

Homologó su título de especialista en oftalmología por el Ministerio de Sanidad antes de ser incorporada como oftalmóloga del Centro de Oftalmología Barraquer, en el año 2008. También tiene reconocida su licenciatura como médico general en los Estados Unidos, equivalente al MIR español.

Actualmente, está especializada en visitar y operar a pacientes con enfermedades de la superficie ocular, cornea y ojo seco. Es también oftalmóloga del Departamento de Conservación del Banco de Ojos para Tratamientos de la Ceguera.

De sus trabajos de investigación destacan diferentes proyectos sobre el cultivo de células madre, junto con el Instituto de Oftalmo-biología Aplicada (IOBA) de la Universidad de Valladolid, con el University of Ulleval en Noruega y con el Schepens Eye Institute de la Universidad de Harvard en Boston, Massachusetts de los Estados Unidos de

América. Una de sus pasiones es contribuir en la labor humanitaria impulsada por la familia Barraquer, por lo que colabora asiduamente en las actividades de la Fundación Barraquer, para las que ha viajado a Camerún, África, visitando a la población autóctona, operando y realizando programas de formación para los médicos y técnicos locales.

-Dr. Jaume Borrás, director General y médico de **BRUDYLAB, SL**.
“SOS, ¿Qué pasa con mis ojos?”.

Licenciado en Medicina por la Universidad Autónoma de Barcelona. Máster en Administración de Empresas MBA- ESADE Barcelona. Máster en Nutrición Clínica, Universidad Autónoma Barcelona.

Actual Director General de **BRUDYLAB, SL**: Nutraceuticos Omega-3. En los últimos años ha trabajado siempre en laboratorios de productos oftalmológicos siendo Director de Márketing de los Laboratorios Thea, director Comercial de Laboratorios ALCON SA y Director de Márketing de Laboratorios Cusí SA.

-Dra. Elena Ruiz Domingo, ginecóloga.
“Tener ganas de tener ganas”

Diplomada en Sanidad. Máster en Patología Mamaria. Postgrado en Gestión Empresarial. Consultora de Ginecología y Patología mamaria en el Centro Médico Sant Feliu. Especialista en Obstetricia y Ginecología en el Institut Català de la Salut. Especialista en Medicina del Trabajo.

Ha publicado diferentes libros entre los que destacan: *“La menopausia y THR”*, *“Esquemas de diagnóstico y tratamiento de las alteraciones menstruales”* o *“Manual de patología mamaria”*. Y artículos, la mayoría publicados en las revistas Médicos y medicinas y Salud Total, como: *“La vitamina D , esa desconocida”*, *“La comunicación con el paciente”* o *“Dolor mamario”*. Próximamente publicará *“Díez ginecólogos 10”* una compilación de biografías de los ginecólogos más relevantes de los últimos 25 años.

-Dr Josep Allué. Aceite íntimo **DSO**.
“Tener ganas de tener ganas” .

Doctor en Farmacia. Profesor Titular de Universidad de Fisiología Vegetal, Facultat de Biociències, Universitat Autònoma de Barcelona. Codirector del Postgrado y Master presencial *“Plantas Medicinales y Fitoterapia”*, UAB, Universitat de Barcelona, Col.legi de Farmacèutics de Barcelona. Codirector del Master de *“Fitoterapia”* y los Postgrados *“Fundamentos de Fitoterapia”* y *“Fitoterapia Clínica”* a distancia de IL3 (instituto de Formación Continuada) de la Universitat de Barcelona.

Es Director Científico de Sincrofarm, S.L, director de ApDeNa (Aplicaciones y Desarrollos Naturales), asesoría Técnico-Farmacéutica.

Miembro fundador y vocal del Comité Ejecutivo de la Sociedad Española de Fitoterapia (SEFIT), del grupo de Fitoterapia de la Asociación Española para el Estudio de la Menopausia (AEEM), de la Society for Medicinal Plant Research (GA) y de la Phytochemical Society of Europe (PSE).

-Llorenç Teixé, herbolario. **EL MANANTIAL DE LA SALUD.**

“Plantas medicinales para la mujer”.

Realizó estudios de Ingeniería Agrónoma especializándose en recursos agroalimentarios. Amigo personal en su juventud de los Dres. Honorio Gimeno, V.L. Ferrandiz y Eduardo Alfonso. Actualmente ejerce de asesor científico de las tiendas de herboristería *Manantial de la Salud*. Es asesor de diversas publicaciones especializadas en plantas medicinales y colaborador habitual de programas de radio y TV, especialmente dedicados al mundo de la fitoterapia. Desde hace mas de 10 años, imparte talleres gratuitos de aromaterapia y fitoterapia.

-Dra. Natalia Domínguez, psicóloga y sexóloga. **TENA LADY.**

“Pon en forma tu sexualidad”.

Licenciada en Psicología con Intensificación en Psicología Clínica por la Universidad de Murcia. Especialista Universitaria en Psicología Clínica y de la Salud por la Universidad de Murcia. Máster en Sexología y Terapia de Pareja por la AEPCCC. Experta en Prevención ante la Violencia de Género por la Universidad de CLM (Castilla La Mancha)

Actualmente dirige y coordina la formación *“Máster en Sexología y Terapia de Pareja”* de la AEPCCC en Madrid y Murcia.

Es coordinadora de la Unidad de Trastornos Sexuales de la AEPCCC en Murcia y Madrid, realizando asesoramiento, diagnóstico, evaluación especializada y tratamiento personalizado. Pertenece a la comisión de clínica del Colegio Oficial de Psicólogos de CLM e imparte planes tutoriales sobre Educación Afectivo Sexual en Centros de Educación Primaria y Secundaria.

TALLERISTAS

-Dra. Margarita de Legórburu, acupuntora.

“Agujas sin hilo para la menopausia”.

Licenciada en Medicina. Cursa estudios en el Hospital de Sant Pau de Barcelona, donde realiza la licenciatura. Inicia estudios de acupuntura en el Hospital del Sagrat Cor de Barcelona (Universidad de Toulouse) en 1985, y posteriormente en Pekin y en Sri-Lanka. Tiene 25 años de experiencia en tratamientos de acupuntura a los que se dedica exclusivamente.

Imparte cursos durante 10 años en el Máster de les Heures de la Fundació Bosch i Gimpera, de la Universitat de Barcelona. También imparte cursos de pre-grado en la Universidad Central de Barcelona y la Autónoma. Es miembro de la sección colegial de médicos acupuntores y homeópatas, y médico acreditado como Acupuntor por el Colegio de Médicos de Barcelona.

-Marta Puig, terapeuta y instructora de sanación pránica.

“Taller de Sanación Pránica; respira, medita... disfrútate!”

Naturópata. Maestra en Masaje tradicional Tailandés. Terapeuta vibracional y estudiosa de varias disciplinas y tradiciones iniciáticas. Cursó estudios de psicología en la UAB (Universidad Autónoma de Bellaterra).

Formada como Terapeuta e Instructora de Sanación Pránica en España, Italia, Portugal, la India, Singapur e Indonesia. Alumna del Maestro Choa Kok Sui, fundador del *Institute for Inner Studies* y de sus discípulos directos, ubicados alrededor del mundo.

Instructora de Pranic Healing® autorizada. Practicante de Arhatic yoga. Socia fundadora y vicepresidenta de la Asociación Española de Pranic Healing y directora de Mundo Pránico, centro para el desarrollo del Pranic Healing y el Arhatic Yoga en España.

-Dra. Imma González, médico Master en Medicina estética. **NOVADONA.**

“Cuidados Médicos-Estéticos para la menopausia”.

Médico holístico, licenciada en Medicina y Cirugía por la UB. Máster en Terapia Neural por la UB. Máster en Terapias complementarias por la UV. Máster en Medicina Estética por la UIB. Secretaria de la Sección Colegial de Médicos de Estética COMB. Actualmente es la Directora del Centro de Medicina Biológica Novadona.

-Margarida Vilaró, directora de **"Las Recetas de ella y el abanico"**.
"El calcio del plato al hueso".

Licenciada en Filología Clásica por la Universidad de Barcelona. Hace tres 3 años que creó **El món de la cuina** para tener un espacio donde practicar las tres grandes aficiones: la escritura, la cocina y la fotografía. Le gusta cocinar desde jovencita y es partidaria de la cocina natural y ecológica, basada en productos que no contienen estabilizantes, conservantes ni colorantes.

Ha realizado el curso *"Alimentación y envejecimiento"* por la UOC (Universitat Oberta de Catalunya), y *"La nutrición como prevención"* por GAN (Gastronomía + Nutrición). Dirige la sección **La recetas de ella y el abanico** donde prepara recetas apropiadas para la mujer en la etapa de la menopausia.

-Antonia Gambau, asesora de imagen personal y directora de **"Tu imagen y ella y el abanico"**.
"Taller de Imagen personal".

Asesora de imagen personal y empresarial, desde hace más de 10 años. Creadora de **www.mejoratuimagen.com** y co-directora en **www.esimatge.com**. Presidenta de la Asociación Catalana de profesionales de la imagen (**www.acpi.cat**).

Docente de "Asesoría de imagen personal" en la "Escuela Superior de Protocolo y Relaciones Internacionales" de Barcelona y de "Imagen Personal", en el ciclo Superior de Asesoría de Imagen Personal del INE Salvador Seguí.

Con la participación de:

-Lucila Laske, actriz y cantante de tangos. Argentina, afincada en Barcelona, despedirá el acto cantando un tema que se llama **"Yo soy así"** reivindicando de nuevo a la mujer real .

Cantante dedicada especialmente al tango, su gran pasión, que contagia a través de su manera de contar y cantar. Ha trabajado como coacher vocal y coreográfica para los "Concerts" de final de año en una escuela inglesa, y en producción teatral y radial. Participó como guionista y conductora en programas de radio y TV. Como actriz, ha trabajado en obras dramáticas, poéticas, literarias, musicales, infantiles y en "radioteatro" y telenovelas. Actualmente, representa un espectáculo teatro musical de tango: "Identidad". También realiza distintos tipos de eventos, y canta tangos en catalán, en homenaje a esta tierra donde vive desde hace 9 años.

Y la proyección del documental :

- **"Mujeres sin pausa"** de **Paula Palacios** , que cerrará el

Fòrum Dona i Menopausa.