

Dossier de premsa

¿Qué es el “II Fòrum Dona i Menopausa”?

El único encuentro divulgativo bianual en España, de mujeres en la etapa de la menopausia que comparten sus inquietudes con especialistas del campo de la salud, la actividad física, la estética, la moda, la sexualidad o la alimentación y cuyos retos son:

- **Contribuir a ampliar la información, comprensión y respeto hacia la menopausia.**
- **Fomentar el diálogo entre los profesionales y las mujeres.**
- **Reivindicar que la menopausia no es una enfermedad sino una etapa más en la vida de las mujeres.**
- **Involucrar a los medios de comunicación.**
- **Extender este Fórum a otras ciudades y países.**

II Fòrum Dona i Menopausa y día internacional de la Menopausia

El **II Fòrum Dona i Menopausa** se celebra coincidiendo con el 18 de octubre, **Día Internacional de la Menopausia**, con el objetivo de difundir conocimientos y aumentar la conciencia social sobre este tema.

Durante el último siglo, la esperanza de vida de las mujeres se ha duplicado situándose en una media superior a los 80 años, ubicando la aparición de la menopausia en un momento en el que la mujer se encuentra en plena actividad personal y profesional, de ahí la importancia de celebrar jornadas como el **II Fòrum Dona i Menopausa**, que da a conocer a fondo los cambios que se producen para poder conciliar con naturalidad la menopausia con la vida personal, profesional y familiar.

El **II Fòrum Dona i Menopausa** está organizado por “**ella y el abanico**” y cuenta con el apoyo del **Institut Català de les Dones** i la **Regidoria Dona i Drets Civils** del Ayuntamiento de Barcelona.

Desarrollo del evento

En el **II Fòrum Dona i Menopausa**, se realizarán talleres y conferencias con prestigiosos especialistas como **Santiago Dexeus** o el **Dr. Estivill**. Asimismo, a través de los talleres especializados, las asistentes podrán resolver dudas, compartir experiencias, conocer la sintomatología y las diferentes opciones expertas, para atenuar algunos de los efectos de la menopausia.

Assumpta Serna, madrina de “**ella y el abanico**” y distinguida actriz, compartirá en abierto su experiencia y conciliación de la menopausia con su vida profesional, por todos conocida, en el acto de clausura y **Carlos Olalla** actor y escritor nos explicará los tabúes que existen todavía entorno a la andropausia.

Sobre “ella y el abanico” (www.ellayelabanico.com)





“ella y el abanico” nació en el año 2010 de la mano de su directora, **Montse Roura**, con el objetivo de contribuir a hacer más fácil el camino hacia una de las etapas más largas en la vida de las mujeres: la menopausia, de la que existe mucho desconocimiento y es necesario superar los tabúes, dudas y estereotipos que la rodean.

Desde entonces y con una comunidad **2.0 de más de 9.000 mujeres y mas de 600.000 visitas** registradas en su portal, es el lugar de referencia sobre la menopausia en los países de habla hispana y un lugar de encuentro e intercambio en la red para las mujeres.

“ella y el abanico” está dirigido a las mujeres de entre 40 y 60 años que deseen conocer tanto el antes, el durante y el después de este proceso vital y en él puedes encontrar las novedades que se vayan produciendo con artículos y noticias sobre menopausia, osteoporosis, sexualidad, suelo pélvico, nutrición, belleza, deporte, terapias naturales, salud emocional, cursos y talleres, libros, videos, dirigidos a las mujeres en la etapa de la menopausia.

Montse Roura, directora de “ella y el abanico” e impulsora de esta iniciativa, desarrolla este proyecto para desmitificar los tabúes que existen sobre la menopausia. **“Mi experiencia personal durante la menopausia, me impulsó a crear “ella y el abanico”, y ayudar, sobre todo informar, a todas aquellas mujeres que llegan a esta etapa con miedo”**.

“ella y el abanico” ha desarrollado varias acciones:

-  **Barcelona-Abril de 2010- I Salón de la Menopausia**, el cual logró sus objetivos de reivindicar la menopausia como una etapa más de la vida de las mujeres y contribuir a que el tema sea abordado públicamente en forma abierta, amplia y bien informada. Los profesionales de la salud que presentaron ponencias, abordaron temas tan variados como los efectos de la alimentación, los cambios en la sexualidad, las alteraciones emocionales, la incontinencia urinaria, los dolores articulares, y las ventajas y desventajas de la terapia hormonal sustitutiva.
-  **Buenos Aires - Agosto de 2012. I Fórum Mujer y Menopausia**, de carácter internacional, contó con diversas conferencias y talleres sobre salud, nutrición, belleza y bienestar en la menopausia.
-  **Barcelona - Octubre de 2012. I Fòrum Dona i Menopausa**, que con el lema “Todo lo que necesitas saber sobre la menopausia”, constó de tres días de conferencias y talleres con la menopausia como tema central con un enfoque muy amplio, que abarcaba, desde la medicina tradicional, a las terapias alternativas. Contó con la participación de más de 20 expertos en distintas áreas del campo de la salud y las terapias alternativas, destacando la participación de la cardióloga **Teresa Rius**, de la Clínica Teknon, el **Dr. Santiago Dexeus** o la **Dra. María de la Paz**, del Instituto Barraquer.
-  **Madrid-Abril de 2014. Mesa redonda Menopausia/Andropausia “¿Y ahora qué?”** con la participación de ponentes como **Carmen Plaza**, directora del **Instituto de la Mujer de**

Madrid, Assumpta Serna,
“ella y el abanico”, el actor y escritor **Carlos Olalla**, el

actriz y madrina de **“ella y el abanico”**, el Dr. **Santiago Palacios**, Director del Instituto **Palacios Salud y Medicina de la**

Mujer, Rosario Castaño, psicóloga clínica y sexóloga y **Montse Roura**, directora de **“ella y el abanico”**.

CONFERENCIAS Y TALLERES

Durante los 3 días (**16,17 y 18 de Octubre**) que tendrá lugar el **II Fòrum Dona i Menopausa** se ofrecerán las siguientes:

CONFERENCIAS

TÍTULO	Profesional	Gentileza de:
¿Qué podemos hacer contra la sequedad vaginal?	Mireia Grossmann	Cumlaude Lab
Abordemos naturalmente los síntomas de la menopausia	Dra. Inma González	Pileje
La menopausia, etapa de la vida nada peyorativa	Dr. Santiago Dexeus	Fundació Somdex
Podemos controlar los sofocos durante el sueño	Dr. Eduardo Estivill	Clínica del son Estivill
Plantas naturales indispensables en la menopausia	Llorenç Teixe	El Manantial de la Salud
Dudas más frecuentes sobre la leche, ¿mito o realidad?	Dra. Joima Panisello	Puleva Calcio con Eficalcio
La aromaterapia mejora el bienestar de la mujer: Menopausia y Menstruación una visión alquímica	Idili Lizcano	Alquimia
Embellecer con naturalidad y seguridad	Dra Nuria Escoda	Centro de Medicina Estética Dra Escoda
Suelo pélvico: Nuevos aliados y realidades	Dr. Carlos Balmori	Intimina



La importancia de la nutrición y los complementos alimenticios para la salud del corazón	Dra. Elena Ruiz	Cien por Cien Natural
Pendiente		

TALLERES

TÍTULO	Profesional	Gentileza de:
6 Consejos para Sentirte guapa	Urbà González	Clínica GO & FER
Autoconciencia y empoderamiento	Betlem Estrany	Regidoria de Dona i Drets Civils
Vístete como una diosa	Montse Teixidó	
Las bolas chinas, ¿sabes utilizarlas?	Adeline Aranega	Kitsch
Respira, relájate y disfruta	Marta Puig	Mundo Pránico
Por confirmar		

INAUGURACIÓN

	Montse Gatell	Presidenta Institut Català de les Dones
	Montse Roura	Directora y creadora de ella y el abanico.

Margarida Vilaró

Directora de “Las Recetas de ella y el abanico”.

Desfile de 10 mujeres reales, reivindicando la belleza natural de la mujer madura.

CLAUSURA

	Francina Vila	Regidora de Dona i Drets Civils Ajuntament de Barcelona
	Assumpta Serna	Actriz y madrina de ella y el abanico
	Carlos Olalla	Actor y escritor
	Montse Roura	Directora y creadora de ella y el abanico

DATOS DEL EVENTO

Nombre: II Fòrum Dona i Menopausa

Fechas: 16, 17 y 18 de Octubre 2014.

Localización:

Auditorio Casa del Mar

C/Albareda, 1 - Barcelona

Accesos: L3 Paral.lel - Bus : 57,157, 64, 36

Información y Coordinación:

Cristina Campos: info@ellayelabanico.com

Elena Vallet : forum@ellayelabanico.com

Dirección de prensa:

Marisa Oliver: m.oliver@sensorycommunication.com





Generalitat de Catalunya
Institut Català de les Dones



PATROCINADORES



Manantial de Salud

FITOTERAPIA TRADICIONAL

100%
natural

cumlaude

lab : tecnología
del bienestar



ALQVIMIA



LA MICRONUTRICIÓN

INTIMINA™

by LELO

dra | escoda

CENTRO DE MEDICINA ESTÉTICA



Generalitat de Catalunya
Institut Català de les Dones



COLABORADORES

Salud Total Médicos
medicinas

introversion

La nueva mirada hacia el interior femenino

www.v-introversion.com



estivill_clínica del son

first team
fundación formación cinematográfica



CLÍNICA GO&FER



Plusesmas.com

La web que te ayuda a reinventar la vida