

<b>08:30</b>	<b>Entrega de Documentación.</b> Documentation and Registration.
<b>08:40</b>	<b>Bienvenida. Welcome.</b> <b>J. Soto, F. Marco, J. Villacastin</b>
<b>09:00</b>	Introducción. <i>Introduction.</i> Cambios Demográficos, Salud y Bienestar "The Blue Zones". <i>Health, Demographic Change and Wellbeing "The Blue Zones.</i> <b>A. Fernández-Cruz</b>
<b>09:15</b>	<b>Mesa Redonda: Round Table</b> La Forma Efectiva de Promover la Longevidad-Salud, la Prevención no Farmacológica la Herramienta mas Util. <i>Effective Health Promotion, Disease Prevention.</i> <b>Presiden, Chairs: E. Asin, R. Gabriel</b>
<b>09:15</b>	La Experiencia en el Norte de Europa. <i>The Experience in the North of Europe.</i> <b>J. Tuomilehto</b>
<b>09:30</b>	La Experiencia Mediterránea. <i>Mediterranean Diet.</i> <b>R. Estruch</b>
<b>09:45</b>	¿Beber o no Beber? <i>To Drink or Not to Drink?</i> <b>H. Hendriks</b>
<b>10:00</b>	<b>Debate. General Discussion</b>
<b>10:10</b>	<b>Mesa Redonda:</b> Como Mejorar el Diagnostico de Las Pandemias Mediante Despistaje-Cribado Personalizado. <i>Improving Diagnosis.</i> <b>Presiden, Chairs: N. Martell, L.A. Álvarez-Sala</b>
<b>10:10</b>	Balance Energético Optimo. <i>Optimal Energy Balance.</i> <b>G. Varela Moreiras</b>

<b>10:30</b>	Que Hay Nuevo en Biomarcadores en la Estratificación de la Salud. <i>Clinical Biomarkers Focus on Personalising Health.</i> <b>J. Egidio</b>
<b>10:50</b>	<b>Debate. General Discussion</b>
<b>11:00</b>	<b>Descanso - Coffee Break</b>
<b>11:20</b>	<b>Mesa Redonda:</b> La Aplicación de las Altas Tecnologías en el Manejo de la Salud. <i>The New Technologies for a Self-Management of Health and Patient Empowerment.</i> <b>Presiden, Chairs: C. Macaya, L. Plaza</b>
<b>11:20</b>	Medicina Transparente. <i>Transparent Medicine.</i> <b>J. Mayol</b>
<b>11:55</b>	La Medicina Cardiovascular en la Era de la Longevidad. <i>The Future Medicine.</i> <b>F. Fernández Áviles</b>
<b>12:30</b>	<b>Debate. General Discussion</b>
<b>12:45</b>	<b>Sesión Plenaria. Plenary Session.</b> Entrega de Premio XXXIII Lección Memorial Fernández-Cruz. <i>Award Ceremony XXXIII Memorial Lecture Fernandez-Cruz</i> <b>Presentación: A. Fernández-Cruz</b> <b>Presiden, Chairs: F. J. Rodriguez, J.L. Álvarez-Sala, J. Soto</b>
	<b>LECCION MEMORIAL. MEMORIAL LECTURE</b> Las Claves Moleculares del Envejecimiento. <i>Molecular Hallmarks of Aging.</i> <b>Prof. Carlos López Otín</b>

- J. Egidio** Catedrático-Jefe de Servicio de Nefrología e Hipertensión. Director del Laboratorio Investigación en Patología Renal y Vascul. Fundación Jiménez Díaz. Madrid
- R. Estruch** Profesor Facultad de Medicina Universidad Barcelona. Miembro del Comité Directivo del CIBER. Fisiopatología de la Obesidad y la Nutrición del Instituto de Salud Carlos III
- F. Fernández Avilés** Catedrático de Medicina de la Universidad Complutense de Madrid. Jefe de Servicio de Cardiología del Hospital Universitario Gregorio Marañón. Madrid
- A. Fernández-Cruz** Presidente Fundación Fernández-Cruz. Catedrático y Jefe de Servicio Emerito de la Comunidad de Madrid. Universidad Complutense
- H. Hendriks** TNO Institute for Experimental Gerontology, Rijswijk Department of Dementia and Cell Physiology
- J. Mayol** Prof Titular de Cirugía de la UCM. Jefe Clínico de Cirugía Colorrectal. Director Unidad Innovación H Clínico San Carlos. Co-director Madrid-MIT MVision Consortium
- C. López Otín** Catedrático de Bioquímica y Biología Molecular Facultad de Medicina de la Universidad de Oviedo.
- J. Tuomilehto** Professor Emeritus, University of Helsinki, Finland Professor of Vascular Prevention, Danube University Krems, Austria
- G. Varela Moreiras** Presidente de Fundación Española de Nutrición. Catedrático de Nutrición y Bromatología CEU San Pablo

## PRESIDENTES DE MESA

- L.A. Alvarez-Sala** Unidad de Lípidos. Hospital Universitario Gregorio Marañón. Madrid
- E. Asín** Jefe de Servicio Cardiología Hospital Zarzuela y Hospital S. Francisco. Director Cátedra Cardiología U. Alfonso X El Sabio
- R. Gabriel** Jefe Servicio de Epidemiología Clínica-Investigación. Hospital U. la Paz. Madrid
- C. Macaya** Catedrático-Jefe del Servicio de Cardiología del Hospital Clínico S Carlos de Madrid. Expresidente SEC
- N. Martell** Presidenta SEH-LELHA. Jefe Servicio MI Hospital Clínico San Carlos Madrid
- L. Plaza** Presidente Fundación Española del Corazón
- J. Villacastin** Director Instituto Cardiovascular. Jefe Unidad de Electrofisiología. Hospital Clínico S. Carlos

## AUTORIDADES

- F. Javier Rodríguez** Consejero de Sanidad Comunidad de Madrid
- J.L. Álvarez-Sala** Decano Facultad de Medicina Universidad Complutense Madrid
- J. Soto** Director Gerente Hospital Clínico San Carlos
- F. Marco** Director Médico Hospital Clínico San Carlos

# OBJETIVOS

1. Definir desde el punto de vista geográfico las zonas en las que viven los centenarios y las lecciones aprendidas con especial relevancia a nuestro país
2. Establecer las claves moleculares del envejecimiento. Definir el papel de los genes.
3. Mostrar las evidencias que permiten de forma efectiva promover longevidad-salud con las herramientas no farmacológicas como la dieta. Análisis comparativo de la experiencia en el norte de Europa y nuestro País. Definir el papel del alcohol en la dieta y su efecto en la salud. Definir el papel del ejercicio y su aplicación en un programa comunitario.
4. Proponer para la aplicación en la Medicina Primaria la practica de estas herramientas que permitan la prevención de las pandemias enfermedades crónicas. Destacar la importancia que esto tiene sobre el impacto morbi-mortalidad y gasto sanitario.
5. Como mejorar los sistemas de cribado personalizado de las pandemias en base a mejorar el diagnostico con los biomarcadores bioquímicos y de imagen. Discutir las nuevas tecnologías de imagen y biomarcadores séricos emergentes en la Medicina Primaria.
6. En base a la evidencia fragmentada que generan la aplicación de las nuevas tecnologías (Internet, iPad, PCs y móviles) promover su aplicación definiendo el nuevo escenario de la futura medicina. Su impacto en el gasto sanitario.
7. Definir la investigación en esta área. Proponer las expectativas de futuro.

## Becas Desplazamiento y Alojamiento

- Inscripción gratuita
- Plazas limitadas
- Incluido Almuerzo

## Acreditación Formación Continuada

por el Sistema Nacional de Salud con 1.3 créditos

Para la obtención de los créditos, será imprescindible pasar el control de asistencia presencial superior al 80% del tiempo total de la actividad. Los Certificados de créditos oficiales se enviarán posteriormente tras la evaluación.

### CONFIRMAR ASISTENCIA A TRAVÉS DE:

PAGINA WEB (RECOMENDADO)

[www.afernandezcruz.com](http://www.afernandezcruz.com)

E-mail:

[fundacion@afernandezcruz.com](mailto:fundacion@afernandezcruz.com)

Por Fax 915933794

Por Teléfono 915912939

### Secretaría

FUNDACION FERNÁNDEZ-CRUZ

Conchi Sepúlveda

C/ José Abascal 36, 28003 Madrid



Fundación Fernández-Cruz

## XXXIII LECCIÓN MEMORIAL

Como Llegar A Centenario  
"Mas Años Mejor Vida,  
Disfrutando"

*Understanding Health Aging  
"More Years Better Live"*

ORGANIZADO POR

Fundación Fernández-Cruz

Auditorio de Hospital Clínico San Carlos

Madrid, 28 de Noviembre de 2014

## ENTIDADES COLABORADORAS

