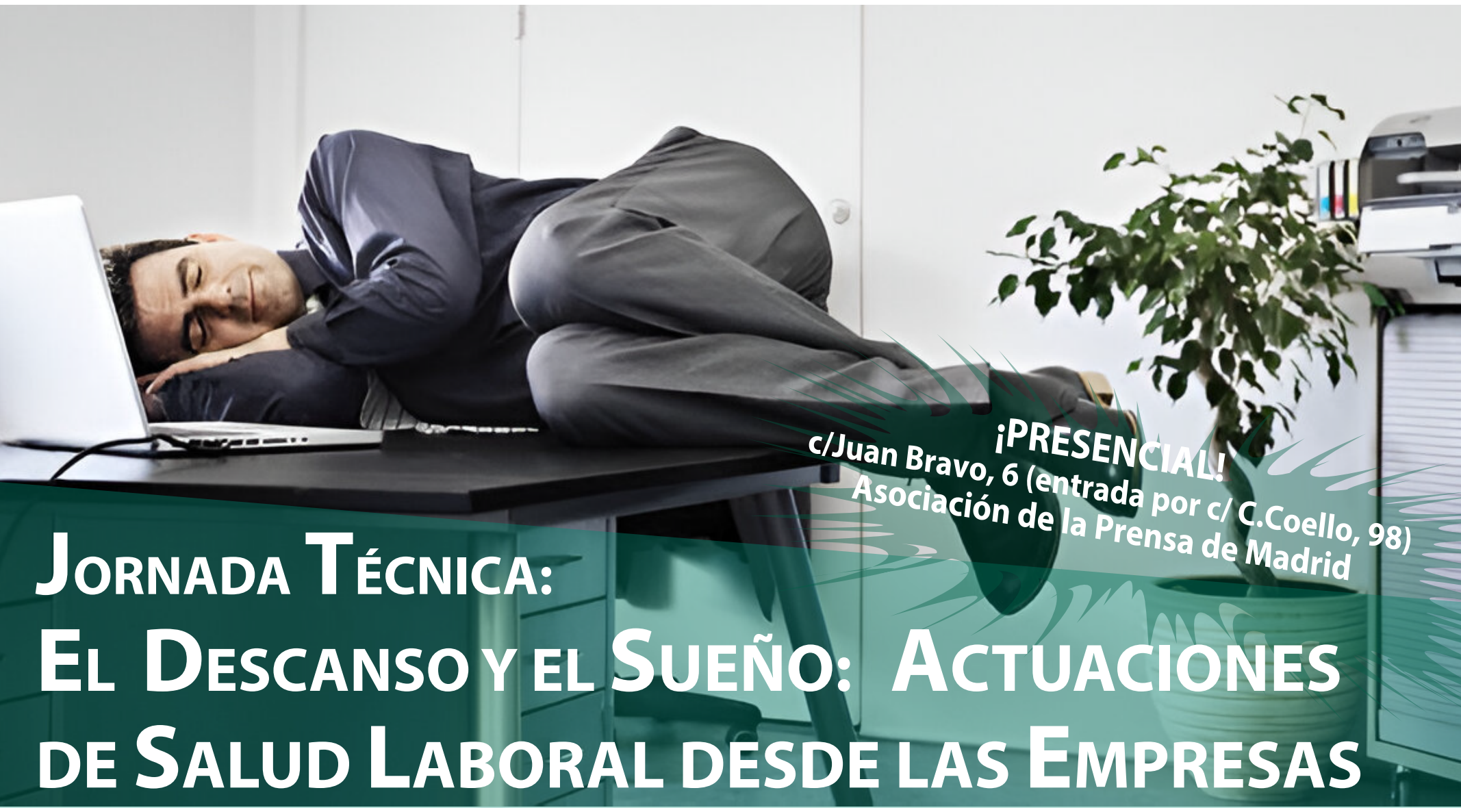

¡PRESENCIAL!
c/Juan Bravo, 6 (entrada por c/ C.Coello, 98)
Asociación de la Prensa de Madrid

Jornada Técnica: El Descanso y el Sueño: Actuaciones de Salud Laboral desde las Empresas

14 de marzo de 2025

PROPÓSITO

Fomentar estrategias que optimicen los tiempos de descanso, reduzcan la fatiga y mejoran la calidad del sueño, contribuyendo así a un entorno de trabajo más seguro, saludable y productivo

PROGRAMA

09:30-09:45h

APERTURA Y PRESENTACIÓN DE LA JORNADA

S. Marina Parra Rudilla -Gerente del IRSST. Comunidad de Madrid
Dr. Francisco Bas-CEO y Socio Fundador. SLEEPZZONE

09:45-11:00h

MESA 1: Sueño e Impacto en la Salud y la Seguridad Laboral

Modera: **Dr. Joaquín José Durán-Cantolla**-Ex Presidente de FESMES y Miembro del Consejo Científico-Médico. SLEEPZZONE

Intervienen:

Dr. Óscar Modesto Larrosa Gonzalo-Médico experto en el Sueño
Dr. Francisco Javier Puertas Cuesta-Médico experto en el Sueño
Oriol Mercadé-Psicólogo experto en el Sueño
Dr. Manuel Míguez-Dentista experto en el Sueño
Claudio Nieto Maestre-Nutricionista y entrenador físico experto del Sueño
Dr. Alejandro Tovar-Presidente del Congreso de la Sociedad Española Dental del Sueño (SEMDeS)
Dr. Alfonso Beltrán-Científico Instituto Cajal CSIC Coord. Consejo Científico Médico Sleepzzone

11:00-11:45h

MESA 2: Sueño e Impacto Económico en las Empresas

Modera: **Javier Cantera**-Presidente. AUREN CONSULTORES

Intervienen:

Tomás Sánchez Barriga- Gerente del Serv. de Prevención. MUTUA MADRILEÑA
Hilario Alfaro- Presidente. MADRID FORO EMPRESARIAL
Francisco Javier Zubicoa-Jefe DEI y Relaciones Laborales. GENERALI
Juan Manuel Cruz Palacios-Director de RRLL y Asesoría Jurídica. ACCIONA
Helena Borrás-Directora de Talento y Organización. PRIM

PAUSA CAFÉ

12:05-13:05h

MESA 3: El Sueño y su Impacto en la Percepción Social a través de los Medios de Comunicación

Modera: **Emilio de Benito**- Vicepresidente Asociación Nacional de Informadores de la Salud (ANIS)

Intervienen:

Salvador Molina Pérez- Presidente ECOFIN y MadFINTECH
Javier Ruiz Tagle-Director del Área Salud. ONe COMUNICACIÓN
Susana Carrizosa-Periodista. EL PAÍS
Ricardo Martín Rodríguez- Presidente. LARRADIEZ COMUNICACIÓN

13:05-13:30h **CONCLUSIONES Y CIERRE**

sleepzzone

c/Ventura Rodríguez, 7. 28008 Madrid
900 713 123

#IRSST

Comunidad de Madrid