



CONGRESSO
DO CANCRO DA MAMA
DO ALGARVE

3^o

A Mulher e a Saúde Integrativa

Programa

16 de Fevereiro de 2024
Lagos • Meia Praia • Hotel Vila Galé



Comissão Organizadora

Conceição Andrade
Fisioterapeuta na Saudestrutural

Jacqueline Tavares
Fisioterapeuta na Tecnifisio - Fisioterapia Especializada e Bem-Estar

Tânia Camilo
Fisioterapeuta e CEO Tecnifisio - Fisioterapia Especializada e Bem-Estar

Palestrantes

Ana Moreira
Médica no Centro de Medicina Integrativa e Presidente da Sociedade Portuguesa da Medicina Integrativa

André Cruz
Coordenador da Unidade de Oncologia Médica do Grupo HPA Saúde

Carlos Chan
Doutorando em Oncologia Integrativa da Tecnifisio - Fisioterapia Especializada e Bem-Estar

David Pinto
Cirurgião geral dedicado à cirurgia oncoplástica de cancro da mama da Unidade da Fundação Champalimaud

Gabriela Kuhni
Médica otorrinolaringologista e Médica do Sono

Hugo Pereira
Presidente da Câmara Municipal de Lagos

Inês Correia Ramos
Doutoranda na FMH no âmbito do programa NEO

Jacqueline Tavares
Fisioterapeuta especializada em Oncologia da Tecnifisio - Fisioterapia Especializada e Bem-Estar

Liliana Santos
Fundadora do Instituto Português de Aromaterapia

Mariana Freitas
Nutricionista da Tecnifisio - Fisioterapia Especializada e Bem-Estar

Marina Carvalho
Psicóloga Clínica e da Saúde no Serviço de Psiquiatria do Centro Hospitalar Universitário do Algarve

Comissão Científica

Ana Paula Fontes
Consultora de Formação do Grupo HPA Saúde

Catarina Ribeiro
Fundadora do projeto AIM Câncer Center

David Pinto
Cirurgião geral dedicado à cirurgia oncoplástica de cancro da mama da Unidade da Fundação Champalimaud

Gabriela Valadas
Diretora do Centro de Mama do Centro Hospitalar Universitário do Algarve

Miguel Coutinho
Neuropsicólogo do Grupo HPA Saúde

Miguel Raimundo
Médico especialista em ginecologia-obstetrícia-medicina da reprodução do CEMEARE

Neide Costa
Fisioterapeuta e Diretora Técnica das Clínicas do Corpo

Nicole Cardoso
Médica cirurgiã do Centro Hospitalar Universitário do Algarve

Nuno Duarte
Fisioterapeuta e coordenador do Serviço de Medicina Física e Reabilitação do IPOLFG

Paulo Cortes
Coordenador de oncologia do Hospital Lusíadas Lisboa

Rui Batalau
Técnico Especialista em Exercício Físico e Coordenador/Formador na Fitness Academy

Rui Cintra
Fisioterapeuta no HPA e Docente na Escola Superior de Saúde da Universidade do Algarve

Rui Ribas
Especialista em Medicina anti-envelhecimento, regenerativa e funcional

Susana Dias Ramos
Psicóloga especializada em Sexualidade Clínica e Terapia de Casal da Oral Plus by Pedro Rodrigues

Tânia Camilo
Fisioterapeuta Pélvica da Tecnifisio - Fisioterapia Especializada e Bem-Estar



A Mulher e a Saúde Integrativa

08h00

Welcome drink - Receção de Boas Vindas

08h45

Sessão de Abertura

- Hugo Pereira
- Nuno Duarte

09h00

**1º Painel
Saúde Integrativa - uma abordagem holística**

1. **Princípios da medicina integrativa**
Ana Moreira
2. **Medicina integrativa, facilitador da saúde**
Paulo Cortes
3. **A visão do Fisioterapeuta: O paciente como um todo**
Neide Costa

Q&A

10h00

**2º Painel
Estilo de vida, promotor da saúde e da doença**

1. **Os efeitos da dieta mediterrânica na prevenção de doenças crónicas**
Mariana Freitas
2. **Exercício físico com impacto na saúde**
Inês Ramos Correia
3. **A importância da saúde mental e emocional**
Miguel Coutinho
4. **Suplementação, porquê e para quê?**
Rui Ribas

Q&A

11h10 - 11h40

Coffee Break

11h40

**Sessão Plenária
O poder do sono**

Gabriela Kühni

12h00

**3º Painel
Cancro...e agora? Do diagnóstico à reabilitação**

1. **Estratégias para minimizar o impacto da cirurgia e potenciar a recuperação**
Nicole Cardoso
2. **Qual o impacto dos tratamentos de quimioterapia e hormonoterapia**
André Cruz
3. **Reposição hormonal e risco de cancro da mama**
Rui Ribas
4. **Fisioterapia integrativa na pré-habilitação e na reabilitação imediata**
Nuno Duarte

Q&A

13h10 - 14h30

Almoço

14h30

**Mesa Redonda
A vida depois do cancro**

1. **A fisioterapia integrativa na sobrevida**
Jacqueline Tavares e Tânia Camilo
2. **Otimizar a função cardiorespiratória como primeiro passo**
Rui Cintra
3. **Exercício físico, o parceiro na diminuição da fadiga**
Rui Batalau
4. **Dor crónica e medicina tradicional chinesa**
Carlos Chan

15h20

**Sessão Plenária
Ampliar a atuação em oncologia: Aromaterapia**

Liliana Santos

15h40

**4º Painel
O impacto nos relacionamentos**

1. **A família. Aliado ou desafio**
Marina Carvalho
2. **O desejo de aumentar a família. Sonho ou realidade?**
Miguel Raimundo
3. **Amor próprio: A chave para a intimidade e sexualidade**
Susana Dias Ramos

Q&A

16h30 - 17h00

Coffee Break

17h00

**Sessão Plenária
Meditação imersiva guiada**

David Pinto

17h20

**Workshop
Meditação e Mindfulness: a importância da conexão corpo-mente**

Miguel Coutinho

17h40

**Conversas Improváveis
Testemunhos reais**

18h00

**Convidada Especial
Testemunho**

18h30

Sessão de Encerramento