

MENOPAUSA E LIDERAZGO: CIENCIA, INNOVACIÓN E VIDA PROFESIONAL

 25.03.2026

 16:00 – 20:00H

 CENTRO GAIÁSTECH

Cal é o programa?

16:00– 16:15 Benvida

- › Executivas de Galicia

16:15 – 16:20 Presentación do programa “Pílulas formativas”

16:20 – 16:45 Relatorio “Menopausa na muller actual”. Visión Xinecolóxica

- › Dra. Raquel Carracedo

16:45 – 17:10 Relatorio “Perda de masa ósea na menopausa. Importancia e como previla”

- › Dr. José Ramón Caeiro Rey

17:10 – 17:35 Relatorio “O corpo cambia. O traballo non”

- › Marta Rivas

17:35 – 18:15 PAUSA-CAFÉ. Espazo networking.

18:15 – 18:40 Relatorio “Mitos e realidades da menopausa. Exercicio como ferramenta de saúde”. Movemento e fisioterapia

- › Laura Gómez García

18:40 – 19:05 Relatorio “Alimentación en peri/menopausa máis aló dos nutrientes”

- › Candela Martínez

19:05 – 19:15 Presentación de Ferramentas Tecnolóxicas. De Tabú Menopausa.

- › Marta Rivas

19:15 – 19:50 Mesa redonda

- › Raquel Carracedo
- › Marta Rivas
- › Laura Gómez
- › José Ramón Caeiro Rey
- › Candela Martínez

Cando e onde?

25 de marzo de 2026

De 16:00 a 20:00

- › **Presencial en Centro GaiásTech (Cidade da Cultura de Santiago de Compostela)**

Quen organiza?

EXECUTIVAS DE GALICIA e EXECUTIVASTECH.

Para quen?

- › Esta xornada está aberta a calquera persoa socia de “Executivas de Galicia” ou a calquera persoa interesada sen necesidade de ser socia.

Por que?

- › Dar visibilidade ao programa “Pílulas formativas”
- › Ofrecer información rigorosa sobre peri e menopausa.
- › Abordar o impacto en saúde, traballo e liderado feminino.
- › Crear un espazo de diálogo entre profesionais e mulleres directivas/socias.

Inscríbete!