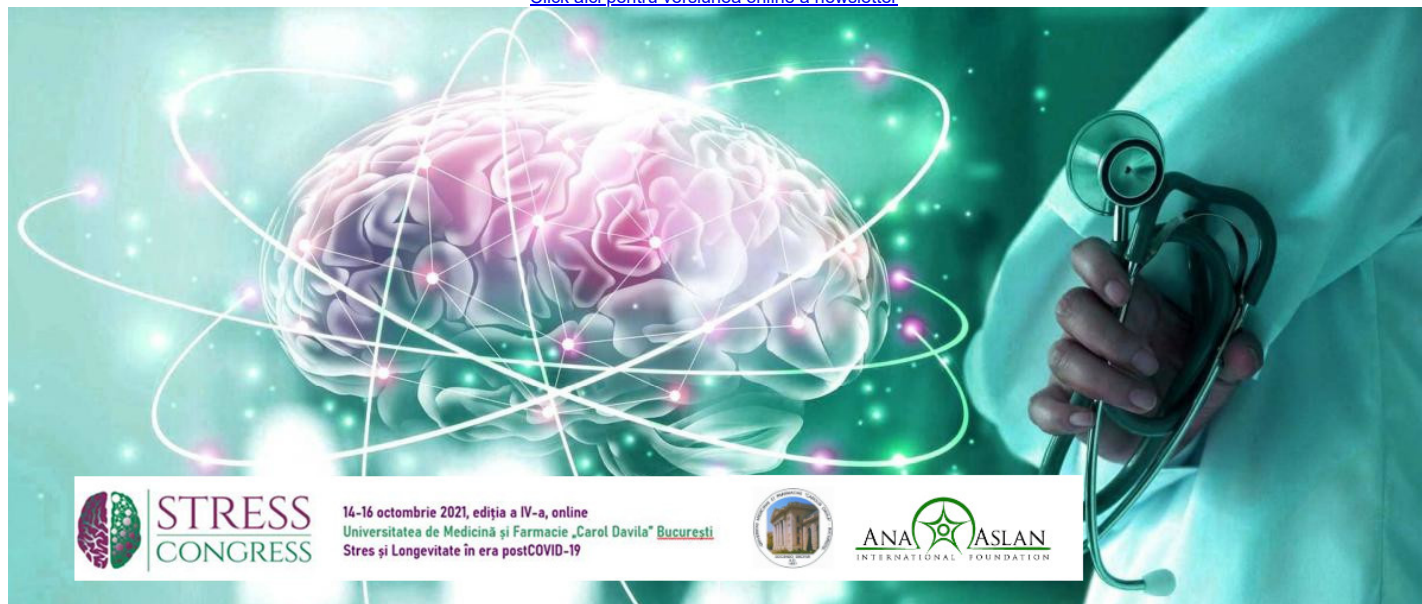


[Click aici pentru versiunea online a newsletter](#)



STRESS CONGRESS 2021 - „Stres și Longevitate în era post COVID-19”, 14-16 octombrie 2021, online

Avem deosebita plăcere să vă inviăm să vă înscrieți și să participați la cea de-a IV-a ediție a **Stress Congress 2021**, cu tema: „**Stres și Longevitate în era post COVID-19**”, care se va desfășura în perioada **14-16 octombrie 2021**, online, din Sala de consiliu a Universității de Medicină și Farmacie „Carol Davila” București.

Stress Congress 2021 este un eveniment național, cu participare internațională, cu un **program complex și de excelență** (<https://stresscongress.org/#program>), fiind destinat **medicilor, psihologilor, studenților, farmaciștilor, asistenților medicali și tuturor persoanelor interesate**.

Participarea la STRESS CONGRESS înseamnă:

- **3 zile** de congres, cu prezentări de mare actualitate, de **un înalt nivel științific**;
- peste **50 de lectori** români și internaționali din diverse specialități și domenii de expertiză;
- **Diplomă** cu confirmarea creditelor profesionale pentru **medici (12 credite EMC)**, pentru **psihologi** (în curs de creditare), pentru asistenți medicali (**10 credite EMC**);
- **Diplomă de participare** pentru studenți;
- **Abordarea interdisciplinară a stresului**;
- **Corelația** între medicină, psihologie, cercetare științifică, inovare, digitalizare;
- **Noutăți** la nivel național și european în domeniu, **soluții**, schimb de **bune practici**;
- Pentru medicii care au achitat taxa de înscriere la Stress Congress, prețul cu un **discount de 300 lei** la **Tratatul „AETERNUS. TRATAT DE GERIATRIE ȘI MEDICINA LONGEVITĂȚII”**, editat de Editura Academiei Române (<https://anaaslanacademy.ro/2021/01/08/aeternus-tratat-de-geriatrie-si-medicina-longevitatii/#page-content>).

Anul acesta, în premieră în cadrul Stress Congress este inclusă și o **sesiune dedicată cercetării științifice**, în care vor fi prezentate informații de interes, oportunități de finanțare, dificultăți, inclusiv propuneri de rezolvare a problemelor sau de îmbunătățire a procedurilor, bune practici din programele de cercetare aflate în derulare la nivel național și european, noutăți legislative la nivel național și european.

Mai multe detalii regăsiți la următorul link : <https://www.stresscongress.org>.

Mulțumim partenerilor Stress Congress 2021:

Parteneri oficiali:**Parteneri susținători:**

Vă invităm să vă înscrieți și să participați la Stress Congress 2021, pe platforma: <https://stresscongress.org/inscrieri/>.

Vă așteptăm la Stress Congress 2021!

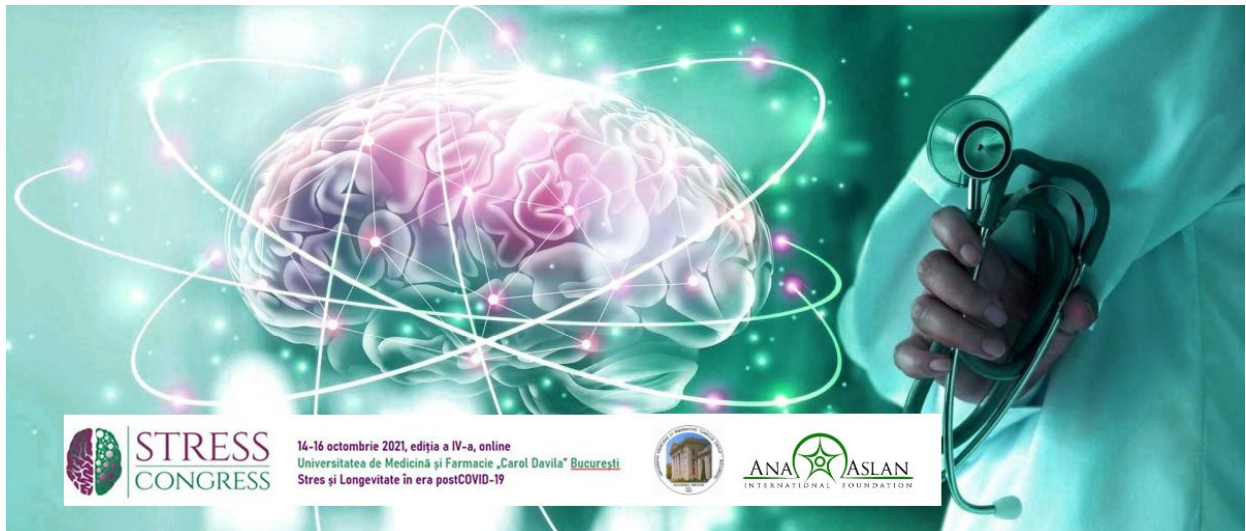


Cu cele mai bune gânduri,

Chair Congress, Prof. Univ. Dr. Luiza Spiru,

Professor of Geriatrics, Gerontology and Old Age Psychiatry "Carol Davila" University of Medicine and Pharmacy/Head of Clinical Department Elias University Hospital/President of "Ana Aslan" Internațional Foundation/EMPA-National Representative (www.epmanet.eu)

Acest email a fost trimis catre info@ella.ro
Daca doriti sa va dezabonati de la acest newsletter va rugam sa dati click aici: [Dezabonare/Unsubscribe](#)
Newsletter trimis prin [mailMachine.ro](https://www.mailmachine.ro)



STRESS CONGRESS 2021 - „Stres și Longevitate în era post COVID-19”, 14-16 octombrie 2021, online

Avem deosebita plăcere să vă invităm să vă înscrieți și să participați la cea de-a IV-a ediție a **Stress Congress 2021**, cu tema: **„Stres și Longevitate în era post COVID-19”**, care se va desfășura în perioada **14-16 octombrie 2021**, online, din Sala de consiliu a Universității de Medicină și Farmacie „Carol Davila” București.

Stress Congress 2021 este un eveniment național, cu participare internațională, cu un program complex și de excelență (<https://stresscongress.org/#program>), fiind destinat medicilor, psihologilor, studenților, farmaciștilor, asistenților medicali și tuturor persoanelor interesate.

Participarea la STRESS CONGRESS înseamnă:

- **3 zile** de congres, cu prezentări de mare actualitate, de **un înalt nivel științific**;
- peste **50 de lectori** români și internaționali din diverse specialități și domenii de expertiză;
- **Diplomă** cu confirmarea creditelor profesionale pentru **medici (12 credite EMC)**, pentru **psihologi** (în curs de creditare), pentru asistenți medicali (**10 credite EMC**);
- **Diplomă de participare** pentru studenți;
- **Abordarea interdisciplinară a stresului**;
- **Corelația** între medicină, psihologie, cercetare științifică, inovare, digitalizare;
- **Noutăți** la nivel național și european în domeniu, **soluții**, schimb de **bune practici**;
- Pentru medicii care au achitat taxa de înscriere la Stress Congress, prețul cu un **discount de 300 lei** la **Tratatul „AETERNUS. TRATAT DE GERIATRIE ȘI MEDICINA LONGEVITĂȚII”**, editat de Editura Academiei Române (<https://anaaslanacademy.ro/2021/01/08/aeternus-tratat-de-geriatrie-si-medicina-longevitatii/#page-content>).

Anul acesta, în premieră, în cadrul Stress Congress este inclusă și o sesiune dedicată cercetării științifice, în care vor fi prezentate informații de interes, oportunități de finanțare, dificultăți, inclusiv propuneri de îmbunătățire a procedurilor, bune practici din programele de cercetare aflate în derulare, Etica cercetății, inclusiv noutăți la nivel național și european.

Mai multe detalii regăsiți la următorul link : <http://www.stresscongress.org>.

Mulțumim partenerilor Stress Congress 2021:

Parteneri oficiali:



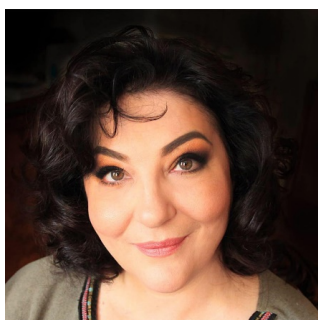
Parteneri susținători:



Vă invităm să vă înscrieți și să participați la Stress Congress 2021, pe platforma: <https://stresscongress.org/inscrieri/>.

Vă așteptăm la Stress Congress 2021!

Cu cele mai bune gânduri,



Chair Congress, Prof. Univ. Dr. Luiza Spiru,

Professor of Geriatrics, Gerontology and Old Age Psychiatry "Carol Davila" University of Medicine and Pharmacy/Head of Clinical Department Elias University Hospital/President of "Ana Aslan" Internațional Foundation/EMPA-National Representative (www.epmanet.eu)

**“Stres și Longevitate în era
postCOVID-19”**

**14-16 Octombrie 2021
Ediție Online**



STRESS CONGRESS 2021 - un eveniment de excelență privind stresul și longevitatea în era post COVID-19, 14-16 octombrie 2021

Cea de-a IV-a ediție a **Stress Congress 2021**, cu tema: **„Stres și Longevitate în era post COVID-19”** se va desfășura în perioada **14-16 octombrie 2021**, online, din Sala de consiliu a Facultății de Medicină din cadrul Universității de Medicină și Farmacie „Carol Davila” București.

STRESS CONGRESS este un **eveniment Național cu participare Internațională**, organizat anual sub Înaltul Patronaj al Universității de Medicină și Farmacie “Carol Davila” București, în colaborare cu Fundația Ana Aslan Internațional, fiind destinat medicilor, psihologilor, studenților, farmaciștilor, asistenților medicali și tuturor persoanelor interesate.

Anul acesta Stress Congress a ales ca **simbol passiflora**, care este atât un simbol al frumuseții, al vieții eterne, cât și un remediu pentru tratarea anxietății și stresului, în simbolistica sa istorică, reprezentând renașterea în timpuri grele, congresul vizând aceleași semnificații, în beneficiul profesioniștilor din sănătate și al pacienților.

Stress Congress 2021 are un **program complex, de excelență**, incuzând peste **50 de lectori** din diverse specialități și domenii de expertiză, **nume sonore din medicina românească** (Prof. Univ. Dr. Viorel Jinga, Rector, Universitatea de Medicină și Farmacie „Carol Davila” București, Prof. Univ. Dr. Simona Ruță, Prorector pentru cercetare științifică, Prof. Univ. Dr. Luiza Spiru, Conf. Univ. Dr. Diana Păun, Consilier Prezidențial, Dr. Cristian Bușoi, Europarlamentar, Acad. Prof. Univ. Dr. Alexandru-Vladimir Ciurea, Prof. Univ. Dr. Constantin Dulcan, Prof. Univ. Dr. Horațiu Suciuc, Prof. Univ. Dr. Cornelia Nițipir, Prof. Univ. Dr. Eugen Dumitru, Prof. Univ. Dr. Adriana Sarah Nica, etc.), dar și **specialiști de top pe plan internațional** (Prof. Dr. Amos Korczyn, Israel, Dr. Mihaela Rușitoru, Paris, Prof. Univ. Dr. Nick Guldmond, Olanda, Prof. Univ. Dr. Steven Selan, S.U.A., Prof. Univ. Dr. Cristian Boru, Italia, Andy Bleaden, UK, Dr. Giuseppe De Pietro, Italia).

Medicina de Precizie, Medicina Longevității, stresul și adicțiile, stresul oncologic, stresul pandemiei, stresul în perioada infectării cu Covid 19, anxietatea, depresia, politicile de sănătate, tehnologiile inovative, îmbătrânirea activă sunt doar câteva dintre temele care vor fi dezbătute în cadrul evenimentului.

STRESS CONGRESS înseamnă:

- **3 zile** de congres, cu peste **26 de ore** dedicate analizei stresului;
- peste **300 de participanți** de diferite specialități - medici specialiști psihiatri, neurologi, medici de familie, medici de medicină internă, psihologi, studenți la medicină și psihologie, asistenți medicali, farmaciști;
- peste **50 de lectori** din diverse specialități și domenii de expertiză, cu prezentări de înalt nivel științific și universitar;
- **Diplomă** cu confirmarea creditelor profesionale pentru **medici (18 credite EMC)**, pentru **psihologi** (în curs de creditare) și pentru asistenții medicali (**10 credite EMC**);
- **Diplomă de participare** pentru studenți și ceilalți participanți;
- **abordarea interdisciplinară a stresului**, cu corelații între medicină, psihologie, cercetare științifică, inovare, digitalizare;
- **noutăți** la nivel național, european, internațional în domeniu, soluții, schimb de bune practici.

Anul acesta, în premieră în cadrul Stress Congress este inclusă și o sesiune dedicată **cercetării științifice**, în care vor fi prezentate informații de interes, oportunități de finanțare, dificultăți, inclusiv propuneri de îmbunătățire a procedurilor, bune practici din programele de cercetare aflate în derulare, etica cercetării, inclusiv noutăți la nivel național și european.

Nu în ultimul rând, cea de a IV-a ediție a Stress Congress este **sub egida Anului Internațional al Lucrătorilor în Sănătate și al Îngrijitorilor**, astfel cum a fost desemnat de Organizația Mondială a Sănătății.

Mai multe detalii regăsiți pe site-ul evenimentului: <http://www.stresscongress.org>.

Mulțumim partenerilor Stress Congress 2021:

Parteneri oficiali:



CENTRUL PENTRU SENIORI
AL MUNICIPIULUI BUCUREȘTI



Parteneri susținători:

Platinum:  **EVER**
PHARMA  **GNC**
LIVE WELL

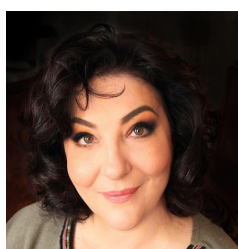
Silver:  **Sargenor**  **SECOM**  **Centrul Holistic**
SOMA

Media  **ROMEDIC**
EFORTURI PENTRU SĂNĂTATE

Parteneri  **SSMB**  **UNSR**  **ASPSE**

Vă așteptăm la Stress Congress 2021!

Cu cele mai bune gânduri,



Chair Congress, Prof. Univ. Dr. Luiza Spiru,

Professor of Geriatrics, Gerontology and Old Age Psychiatry "Carol Davila" University of Medicine and Pharmacy/Head of Clinical Department Elias University Hospital/President of "Ana Aslan" International Foundation/EMPA-National Representative (www.epmanet.eu)

DIRECȚII DE ACȚIUNE PROPUSE LA STRESS CONGRESS 2021

📅 octombrie 22, 2021 [Știri](#)



În data de 16 octombrie 2021, s-au finalizat lucrările celei de-a IV-a ediții online a **Stress Congress 2021**, cu tema: „**Stres și Longevitate în era post COVID-19**”, care s-a desfășurat începând cu data de **14 octombrie 2021**, în Sala de Consiliu a Facultății de Medicină din cadrul Universității de Medicină și Farmacie „Carol Davila” București.

STRESS CONGRESS a fost un **eveniment Național cu participare Internațională**, organizat anual sub Înaltul Patronaj al Universității de Medicină și Farmacie “Carol Davila” București, în colaborare cu Fundația Ana Aslan Internațional, fiind destinat medicilor, psihologilor, studenților, farmaciștilor, asistenților medicali și tuturor persoanelor interesate.

Stress Congress 2021 a avut un **program complex, de excelență**, incluzând peste **50 de lectori** din diverse specialități și domenii de expertiză, **nume sonore din medicina românească** (Prof. Univ. Dr. Viorel Jinga, Rector – Universitatea de Medicină și Farmacie „Carol Davila” București, Prof. Univ. Dr. Simona Ruță – Prorector pentru cercetare științifică, Prof. Univ. Dr. Luiza Spiru, Conf. Univ. Dr. Diana Păun, Consilier Prezidențial, Dr. Cristian Bușoi,

Europarlamentar, Acad. Prof. Univ. Dr. Alexandru-Vladimir Ciurea, Prof. Univ. Dr. Constantin Dulcan, Prof. Univ. Dr. Horațiu Suci, Prof. Univ. Dr. Cornelia Nițipir, Prof. Univ. Dr. Eugen Dumitru, Prof. Univ. Dr. Adriana Sarah Nica, etc.), **dar și specialiști de top pe plan internațional** (Prof. Dr. Amos Korczyn – Israel, Dr. Mihaela Rușitoru – Paris, Prof. Univ. Dr. Nick Guldemon – Olanda, Prof. Univ. Dr. Steven Sclan – S.U.A, Prof. Univ. Dr. Cristian Boru – Italia, Andy Bleaden – UK, Dr. Giuseppe De Pietro – Italia).

Programul științific al evenimentului a inclus **15 paneluri**, cu teme vizând:

- Politici de sănătate în Era Postcovid;
- Medicina longevității – excelența în România;
- Stresul oncologic;
- Starea de stres Postcovid;
- Tehnici de relaxare pentru integrarea experiențelor stresante și well-being;
- Perspective clasice și alternative în abordarea stresului pandemic;
- Importanța lucrătorilor în domeniul sănătății și îngrijirii medicale în îngrijirea de lungă durată a persoanelor vârstnice- Sesiune dedicată **Anului Internațional al Lucrătorilor în Sănătate și al Îngrijitorilor**;
- Importanța microbiotei intestinale pentru Longevitate și Frumusețe;
- Recuperarea medicală și Importanța sa pentru calitatea vieții și Longevitate;
- Importanța Psihoterapiei în Managementul Stresului individual și de cuplu;
- Cercetarea științifică și tehnologia avansată pentru o viață sigură și independentă a seniorilor;
- Cercetarea științifică, proiecte europene / HORIZON – SMART BEAR – în susținerea vieții sigure și independente;
- Proiecte de cercetare – rezultate și bune practici;
- Cercetarea științifică – epostere și festivitate de premiere;
- Cercetarea științifică în psihologie.

Anul acesta Stress Congress a ales ca **simbol passiflora**, care este atât un simbol al frumuseții și al vieții eterne, cât și un remediu pentru tratarea anxietății și stresului. În simbolistica sa istorică, passiflora reprezintă renașterea în timpuri grele.

Astfel cum passiflora este un remediu pentru tratarea anxietății și stresului, **Stress Congress 2021 a asigurat** prezentarea de noutăți, soluții, schimb de bune practici identificate la nivel național, european, internațional,

precum și o abordare științifică, universitară și interdisciplinară a stresului, cu corelații între medicină, psihologie, cercetare științifică, inovare, digitalizare, în beneficiul profesioniștilor din sănătate și al pacienților.



Prof. Univ. Dr. Viorel Jinga, Rectorul Universității de Medicină și Farmacie „Carol Davila” București: *„Putem aprecia că în ultimii ani stresul s-a transformat din factor de risc în boală de sine stătătoare, apariția sa fiind generată în mod special de mediul exterior. Multitudinea factorilor generatori de stres este exponențială cu aglomerarea marilor orașe, cu fluctuațiile de ordin economic, dar mai ales cu explozia continuă a valurilor pandemice din ultima perioadă”. „Din păcate încă nu putem vorbi la trecut de această teribilă pandemie, care ne crează nouă tuturor o încărcătură enormă prin multiplele sale energii negative, tensiuni și încordări nervoase, ce ne dezvoltă în permanență o cantitate enormă de stres. Dacă ne raportăm la activitatea medicală în era Covid 19, mai ales în această perioadă când ne aflăm sub uriașa presiune a valului al IV-lea al pandemiei, putem spune despre întregul sistem sanitar românesc că*

traversează cel mai greu test de anduranță, conturat în ideea de epuizare fizică și psihică, implicit a stresului continuu și cred că este imperios să ne reamintim că supra-oboșala pregătește apariția bolilor. Să ne reconfigurăm timpul liber într-o simfonie a eului interior. Lectura, exercițiile fizice, plimbările în aer liber, evadarea din marasmul captivității marilor orașe, comunicarea pozitivă interumană și nu în ultimul rând audiția muzicală rămân principalele noastre atuuri și antidoturi la stres”. Pe lângă numeroasele prezentări de înalt nivel științific și universitar din diverse specialități și domenii de expertiză, evidențiem și o parte

din **concluziile/direcțiile de acțiune** formulate la StressCongress 2021:

Prof. Univ. Dr. Luiza Spiru, Chair Congress și Președinte Fundația Ana Aslan

International: *„Am avut și avem încă, cu toții, cel puțin un cunoscut, un om drag care a fost afectat direct de virusul Covid-19 sau chiar noi înșine am trecut prin această boală. Pacienții trebuie: fie să fie tratați de Covid, fie de alte afecțiuni, dar și de stresul generat de pandemie. Toți trecem prin această Eră și menirea profesioniștilor din sănătate este ca, dincolo de îngrijirile și terapiile aplicate, să readucă tuturor speranța unei vieți cu sănătate și să învețe pacienții cum să treacă prin această perioadă, folosindu-se de Arta care este Medicina Longevității și gestionării inteligente a stresului, precum și de cele mai bune produse și servicii, de cercetarea științifică, de inovare, de digitalizare”.*

Conf. Univ. Dr. Diana Păun, Consilier Prezidențial: *„Situția dificilă pe care o experimentăm în această perioadă și stresul asociat puteau fi evitate sau diminuate, dacă am fi investit mai mult în educația pentru sănătate. Am subliniat în intervențiile publice nevoia asumării unui amplu proiect național de educație în sănătate, această direcție strategică fiind o prioritate a Programului Prezidențial în sănătate. Doar astfel putem contribui la construirea unei culturi a sănătății, care să permită cetățenilor să facă alegeri sănătoase, în baza unor informații corecte, demonstre științific, să-și gestioneze stilul de viață, astfel încât să permită reducerea sau dacă se poate eliminarea stresului”.*

Dr. Cristian Bușoi, Europarlamentar, Parlamentul European: *„Se estimează că 25% din populația europeană trăiește cu depresie sau anxietate, iar 50% din cazurile de depresie rămân netratate. La nivelul Uniunii cheltuielile care acoperă tratamentul, concediile și alte cheltuieli conexe se ridică la 170 miliarde euro/an. Depresia costă sistemele de asistență medicală europene până la 92 miliarde de euro în fiecare an”. „Avem 10 factori cheie pentru un răspuns coordonat și durabil*

în combaterea depresiei, dintre care ar fi de menționat integrarea prevenției, promovarea sănătății mintale, precum și a formării cu privire la riscurile depresiei și beneficiile recuperării, integrarea specialiștilor și complementaritatea serviciilor sociale, care sunt cheia unei strategii pentru combaterea depresiei.”

Magdalena Susan Resiga, Director General Adjunct UEFISCDI: *„UEFISCDI a dezvoltat o serie de instrumente de finanțare care vin în sprijinul cercetătorilor din România în diferite stadii de dezvoltare a carierei în cercetare. În 2020 s-au lansat competiții de tip soluții, dedicate identificării de soluții pentru problemele virusului SARS-CoV-2. Am avut 16 competiții, cu un buget relativ redus de 25 milioane. S-au obținut rezultate ce pot fi utile în combaterea pandemiei la nivel național”.*

Dr. Andrei Luca, Consilier afaceri europene, Ministerul Sănătății: *„Izbucnirea pandemiei a evidențiat vulnerabilitățile existente la nivel național și internațional și în mod special pregătirea și răspunsul la o astfel de criză în sănătate. Pe lângă importanța patologiei de bază, am sesizat importanța și dezvoltarea factorilor cum sunt stresul, și, în acest context, politicile publice și de finanțare actuale ale cercetării medicale accesibile subliniază și scot în evidență importanța medicinei în menținerea calității vieții în contextul declinului cognitiv. Sinergiile dintre politicile de sănătate publică și longevitate se pot dezvolta sustenabil doar prin dezvoltarea unor sisteme de inovare valide, care să includă mediul de afaceri, universitățile, institutele de cercetare, etc. și integrarea mai rapidă a noilor tehnologii medicale în beneficiul pacientului”.*

STRESS CONGRESS a însemnat:

- **3 zile** de congres, cu peste **26 de ore** dedicate analizei stresului;
- peste **500 de participanți** de diferite specialități – medici specialiști psihiatri, neurologi, medici de familie, medici de medicină internă, psihologi, studenți la medicină și psihologie, asistenți medicali, farmaciști;
- peste **50 de lectori** din diverse specialități și domenii de expertiză, cu prezentări de înalt nivel științific și universitar;
- **abordarea interdisciplinară a stresului**, cu corelații între medicină, psihologie, cercetare științifică, inovare, digitalizare;
- **noutăți** la nivel național, european, internațional în domeniu, soluții, schimb de bune practici.



Anul acesta, în premieră în cadrul Stress Congress a fost inclusă și o **sesiune dedicată cercetării științifice**, în care au fost prezentate informații de interes, oportunități de finanțare, dificultăți, inclusiv propuneri de îmbunătățire a procedurilor, bune practici din programele de cercetare aflate în derulare, etica cercetării, inclusiv noutăți la nivel național și european.

Invităm profesioniștii în sănătate (medicii, farmaciștii, asistenții medicali), psihologii, studenții, partenerii, mass-media să fie alături de noi și la **ediția viitoare a Stress Congress, care va fi organizată în perioada 6-8 octombrie 2022.**

Mulțumim mass-mediei pentru mediatizarea evenimentului și partenerilor Stress Congress 2021!

Parteneri oficiali:



Parteneri susținători:



Partener Media



**„Stres și Longevitate în era
postCOVID-19”**14-16 Octombrie 2021
Ediție Online

CONCLUZIILE STRESS CONGRESS 2021

În data de 16 octombrie 2021, s-au finalizat lucrările celei de-a IV-a ediții online a **Stress Congress 2021**, cu tema: **„Stres și Longevitate în era post COVID-19”**, care s-a desfășurat în perioada **14-16 octombrie 2021**, în Sala de Consiliu a Facultății de Medicină din cadrul Universității de Medicină și Farmacie „Carol Davila” București.

STRESS CONGRESS a fost un **eveniment Național cu participare Internațională**, organizat anual sub Înaltul Patronaj al Universității de Medicină și Farmacie “Carol Davila” București, în colaborare cu Fundația Ana Aslan Internațional, fiind destinat medicilor, psihologilor, studenților, farmaciștilor, asistenților medicali și tuturor persoanelor interesate.

STRESS CONGRESS a însemnat:

- **3 zile** de congres, cu peste **26 de ore** dedicate analizei stresului;
- peste **500 de participanți** de diferite specialități - medici specialiști psihiatri, neurologi, medici de familie, medici de medicină internă, psihologi, studenți la medicină și psihologie, asistenți medicali, farmaciști;
- obținerea de **credite profesionale: 18 credite EMC** pentru medici, **10 credite EMC** pentru asistenții medicali, **credite COPSI** pentru psihologi, **diplome de participare** pentru studenți și alte categorii de participanți;
- un **program complex, de excelență**, structurat în **15 paneluri**, vizând în principal politicile de sănătate publică, medicina longevității, stresul oncologic, starea de stres Postcovid, inclusiv perspective clasice și alternative în abordarea stresului pandemic, importanța microbiotei intestinale pentru longevitate și frumusețe, recuperarea medicală, importanța psihoterapiei în managementul stresului, tehnici de relaxare, cercetarea științifică și tehnologia avansată pentru o viață sigură și independentă a seniorilor, importanța lucrătorilor în domeniul sănătății și îngrijirii medicale;
- peste **50 de lectori** din diverse specialități și domenii de expertiză, cu prezentări de înalt nivel științific și universitar, **nume sonore din medicina românească** (Prof. Univ. Dr. Viorel Jinga, Rector - Universitatea de Medicină și Farmacie „Carol Davila” București, Prof. Univ. Dr. Simona Ruță - Prorector pentru cercetare științifică, Prof. Univ. Dr. Luiza Spiru, Conf. Univ. Dr. Diana Păun, Consilier Prezidențial, Dr. Cristian Bușoi, Europarlamentar, Acad. Prof. Univ. Dr. Alexandru-Vladimir Ciurea, Prof. Univ. Dr. Constantin Dulcan, Prof. Univ. Dr. Horațiu Suciuc, Prof. Univ. Dr. Cornelia Nițipir, Prof. Univ. Dr. Eugen Dumitru, Prof. Univ. Dr. Adriana Sarah Nica, etc.), **dar și specialiști de top pe plan internațional** (Prof. Dr. Amos Korczyn - Israel, Dr. Mihaela Rușitoru - Paris, Prof. Univ. Dr. Nick Guldemond - Olanda, Prof. Univ. Dr. Steven Sclan - S.U.A, Prof. Univ. Dr. Cristian Boru - Italia, Andy Bleaden - UK, Dr. Giuseppe De Pietro - Italia);
- **abordarea interdisciplinară a stresului:** corelații între medicină, psihologie, cercetare, inovare, digitalizare;
- **noutăți** la nivel național, european, internațional în domeniu, soluții, schimb de bune practici.

Pentru cei peste 500 de specialiști în domeniul sănătății, participarea la Stress Congress 2021 a asigurat **specializarea de excelență**, prin abordarea interdisciplinară a stresului, prin corelația între medicină, psihologie, cercetare științifică, inovare, digitalizare, prin cunoașterea noutăților și soluțiilor identificate la nivel național, european, internațional, precum și prin valorificarea și schimbul de bune practici, în beneficiul evident al pacienților.

Principalele concluziile ale Stress Congress 2021:

- Pandemia încă nu a trecut, a generat și generează încă foarte mult **stres, atât pentru pacienții** confrunțați cu stresul Covid și al altor boli, dar și cu efectele măsurilor asociate, inclusiv cu dificultăți economice, sociale, familiale, etc., cât și **pentru întregul sistem de sănătate**, personalul medical fiind epuizat fizic și psihic și unitățile medicale confruntându-se cu o criză fără precedent;
- Pandemia a evidențiat **vulnerabilitățile** existente la nivel național și internațional, în mod special în pregătirea și răspunsul la o astfel de criză, fiind necesare în viitor **strategii mai coordonate și planuri de măsuri mai eficiente;**
- În elaborarea strategiilor și planurilor de măsuri este strict necesară **consultarea organizațiilor profesioniștilor în sănătate**, asigurarea unui dialog civic eficient și permanent și a participării societății civile la procesul decizional;

- Pacienții trebuie: fie să fie **tratați** de Covid, fie de alte afecțiuni, dar și **de stresul generat de pandemie**;
- **Menirea profesioniștilor din sănătate** este ca, dincolo de îngrijirile și terapiile aplicate, să readucă tuturor speranța unei vieți cu sănătate și să învețe pacienții cum să treacă prin această perioadă, folosindu-se de Arta care este Medicina Longevității și gestionării inteligente a stresului, precum și de cele mai bune produse și servicii, de cercetarea științifică, de inovare, de digitalizare;
- Situația dificilă din această perioadă și stresul asociat puteau fi evitate sau diminuate, dacă s-ar fi **investit mai mult în educația pentru sănătate**, în construirea unei culturi a sănătății, care să permită cetățenilor să facă alegeri sănătoase, în baza unor informații corecte, demonstrate științific, să-și gestioneze stilul de viață, astfel încât să poată să acționeze pentru reducerea sau chiar eliminarea stresului;
- Este necesară o **strategie și măsuri coordonate și durabile** pentru combaterea **stresul generat de pandemie**, cu măsuri specifice pentru categoriile vulnerabile și persoanele vârstnice;
- **Cercetarea științifică și tehnologia avansată pot asigura soluții inovative** pentru o viață sigură și independentă a seniorilor, pentru problemele generate de pandemie și pentru stresul asociat;
- Este evidentă **importanța medicinei și a cercetării științifice** în menținerea calității vieții, mai ales în contextul stresului, declinului cognitiv și în situațiile de criză;
- Sinergiile dintre politicile de sănătate publică și longevitate se pot dezvolta sustenabil doar prin încurajarea unor **sisteme de cercetare/inovare valide și a unor parteneriate**, care să includă autoritățile publice centrale și locale, mediul de afaceri, universitățile, institutele de cercetare, organizațiile neguvernamentale (asociațiile și fundațiile cu activități relevante), care să asigure integrarea mai rapidă a noilor tehnologii medicale în beneficiul pacienților;
- Sunt necesare **finanțări suplimentare la nivel național și european pentru proiecte de cercetare științifică/inovare** specifice, dedicate identificării de soluții pentru problemele pandemiei și stresului asociat, pentru o viață sigură și independentă, pentru persoanele vârstnice;
- **Etica, normele de bună conduită și protecția datelor personale** sunt domenii importante atât pentru profesioniștii din sănătate, cât și pentru cercetarea științifică, respectarea lor fiind esențială în perioada pandemiei, care ridică aspecte complexe de etică, cu accent pe respectarea ființei și demnității umane, a informării adecvate, care să permită cetățenilor să facă alegeri corecte, pe baza de informații complete, demonstrate științific și prezentate corespunzător.

Invităm profesioniștii în sănătate (medicii, farmaciștii, asistenții medicali), psihologii, studenții, partenerii, mass-media să fie alături de noi și la **ediția viitoare a Stress Congress, care va fi organizată în perioada 6-8 octombrie 2022**.

Mulțumim mass-mediei pentru mediatizarea evenimentului și partenerilor Stress Congress 2021!

Parteneri oficiali:



CENTRUL PENTRU SENIORI
AL MUNICIPIULUI BUCUREȘTI



Parteneri susținători:

Platinum



Silver



Partener Media



Parteneri

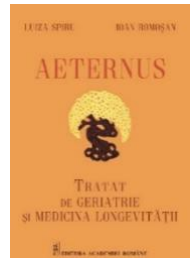


Noutăți despre Stress Congress 2022

Stimați actuali și viitori specialiști în sănătate,

- **Stress Congress 2021** a reunit peste 500 de participanți și peste 50 de lectori din întreaga lume pentru a discuta problema stresului atât în termeni general, cât și în contextul pandemiei de COVID-19.
- În urma chestionarului de feedback post-eveniment de anul acesta, peste **90%** dintre respondenți au considerat că Stress Congress 2021 **i-a ajutat în a-și aprofunda cunoștințele**, că evenimentul **a fost foarte bine organizat** și apreciază ca fiind **BUNĂ și FOARTE BUNĂ** calitatea conținutului științific al evenimentului. De asemenea, **peste 75%** dintre respondenți susțin că **schimbul de cunoștințe și practici** dobândit la **Stress Congress** va avea un **rol în îmbunătățirea practicilor lor**.
- Pentru profesioniștii din sănătate care nu au putut participa la Stress Congress 2021, în perioada 14-16 octombrie, din diferite motive, dar sunt interesați de tema “Stres și Longevitate în era post Covid-19” și de prezentările expuse la eveniment, există oportunitatea de a avea acces la înregistrarea integrală a ediției pe o perioadă de 30 de zile. Dacă sunteți interesați, vă rugăm să ne transmiteți o solicitare în acest sens la adresa de email office@anaaslanacademy.ro, urmând să primiți informații despre modalitatea de achitare a taxei de 50 de lei aferentă și primirea link-ului pentru vizionare.
- Misiunea de înțelegere și aprofundare a conceptului de stres va continua anul viitor, în perioada **6-8 octombrie 2022**, la ediția a V-a a **Stress Congress**;
- Asemenea ediției de anul acesta, **Stress Congress 2022** va cuprinde numeroase paneluri, variind între diverse domenii și expertize: de la medicină, la cercetare științifică, antreprenariat, digital health, psihologie, sociologie, antropologie, chiar și literatură și muzică. De asemenea, panelul dedicat cercetării științifice va fi prezent și în 2022. Scopul întrunirii acestor domenii într-un singur eveniment este de a crea o bază cât mai bogată în lupta împotriva stresului provocat atât de evenimentele de zi cu zi, cât și de cele care se petrec în mod neașteptat (pandemia COVID-19);

- Doar participanții la eveniment pot achiziționa Tratatul "AETERNUS. TRATAT DE GERIATRIE ȘI MEDICINA LONGEVITĂȚII", la preț redus, proporțional cu taxa achitată la participare.
- **Cei interesați de achiziționarea tratatului pot cere mai multe informații la adresa de email office@anaaslanacademy.ro.**



Prof. Univ. Dr. Constantin Dulcan



Intensitatea stresului este foarte importantă, ce înseamnă asta? O puternică descărcare de cortizol în exces și atunci vasele de sânge la nivelul cordului puternic constricționate duc la infarct, ceea ce nu s-ar întâmpla în mod obișnuit. Stresul este reactivitatea organismului la un factor stresor, care este de ordin fizic, chimic, sau factori de ordin psihologic."

Prof. Univ. Dr. Cristian Boru (Italia)

"Tema pe care discutăm este una extrem de actuală, pentru că, în contextul pandemiei de Covid, noi tratăm de ani de zile pandemia de obezitate și ambele produc dezastre.

Anul trecut am vorbit despre stresul pre și post operator al obezității, anul acesta încerc să fac un pic de lumină în cum am putea trata ambele pandemii.

După cum bine știți, pandemia a început de fapt în Italia, pe data de 2 februarie 2020 și până la începutul lunii martie toate procedurile chirurgiei inclusiv chirurgia obezității au fost oprite.

De atunci și până la 1 octombrie 2021 au fost peste 4.679.067 de cazuri înregistrate în Italia cu peste 131000 de decese corelate. Dintre acestea, aproape 11% au avut ca factor principal obezitatea.

Obezitatea este deja o pandemie recunoscută de câțiva ani de zile. Este o boala cronică progresivă, cu numeroase comorbidități."



Parteneri oficiali:



Parteneri susținători:



STRESS CONGRESS

14-16 octombrie 2021, ediția a IV-a, online

Universitatea de Medicină și Farmacie „Carol Davila” București

Stres și Longevitate în era postCOVID-19

Platinum



Silver



Partener Media



Cele mai bune gânduri,

Chair Congress, Prof. Univ. Dr. Luiza Spiru,

Professor of Geriatrics, Gerontology and Old Age Psychiatry “Carol Davila”
University of Medicine and Pharmacy/Head of Clinical Department Elias
University Hospital/President of “Ana Aslan” Internațional
Foundation/EMPA-National Representative (www.epmanet.eu)