



Congresul Inaugural al Societății de Medicina Stilului de Viață

INTERDISCIPLINARITATE ÎN MEDICINA STILULUI DE VIAȚĂ

Brașov, 10 - 12 mai 2025

Duminică, 10 Mai 2026

09.00 - 09.10 **Lansarea Oficială a Conferinței - Cuvânt de deschidere**
Prof. Dr. Andrea NECULAU, Președinte Conferință
Dr. Mihai-Cristian POPESCU, Vicepreședinte AMR

09.10 - 10.10 NUTRIȚIA ÎN MEDICINA STILULUI DE VIAȚĂ: DE LA ABORDĂRI DE PRECIZIE LA INTERVENȚII APLICATE ÎN PRACTICA CLINICĂ

09.10 - 09.30 **Medicina stilului de viață - nutriției de precizie**

Prof. Dr. Alina PASCU, Prof. Dr. Claudia GAVRIS, Brașov

09.30 - 09.50 **Integrarea sfatului dietetic la pacientul cu diabet zaharat în cabinetul medicului de familie**

Șef Lucr. Dr. Adriana CIOCA, Sibiu

09:50 - 10.10 **Gătește inspirat de dovezi - cum nutriția devine intervenție**

Dr. Cristina ISAR, Brașov

10.10 - 11.05 OBEZITATEA: DETERMINANȚI BIOLOGICI ȘI COMPORTAMENTALI ÎN ETIOPATOGENIE ȘI PREVENȚIE

10.10 - 10.30 **Obesity - From biology to behavior. Why do we gain weight and why is so challenging to lose it?**

Prof. Dr. Bogdan TIMAR, Timișoara

10.30 - 10.50 **Factori comportamentali implicați în apariția obezității în copilărie**

Prof. Dr. Mihaela Adela IANCU, București

10.50 - 11.05 **De la echilibru metabolic la sănătate sustenabilă (Simpozion Calivita)**

Dr. Beatrice Laura IANCU

11.05 - 11.30 Pauză

11.30- 12:25 SOMNUL ȘI SĂNĂTATEA: IMPLICAȚII FIZIOLOGICE ȘI IMPACTUL TULBURĂRILOR DE SOMN ÎN SĂNĂTATEA PUBLICĂ

11.30 - 11.50 **Somnul - determinant al stării de sănătate**

Conf. Dr. Aida PUIA, Cluj Napoca

11.50 - 12.10 **Tulburările de somn: o provocare actuală în sănătatea publică**

Dr. Cătălina PANAITESCU, București

12.10 - 12.25 **Burnout și starea de bine în era digitală pentru profesioniștii din domeniul sănătății**

Șef Lucr. Psih. Dr. Adriana COTEL, București

12.25 - 13:45 MEDICINA STILULUI DE VIAȚĂ ȘI ÎNGRIJIREA CENTRATĂ PE PACIENT: DE LA PREVENȚIE LA LONGEVITATE

12.25 - 12.45 **Arhitectura stilului de viață sănătos: o abordare interdisciplinară în medicina de familie**

Conf. Dr. Irina EREMIA, București

12.45 - 13.05 **A îmbătrâni nu este o boală, ci o cale spre longevitate. Rolul Medicinii Stilului de Viață în redefinirea îngrijirii geriatrice**

Șef Lucr. Dr. Laura Maria CONDUR, Dr. Andra Valentina ION, Drd. Cristina Steliana PÎNDICHI, Constanța

13.05 - 13.25 **Prescripția socială – o abordare integrată a sănătății centrate pe pacient și comunitate**

Șef Lucr. Dr. Mihaela Daniela BALTĂ, București

13.25 - 13.45 **De la scroll la stil de viață: impactul rețelelor sociale asupra sănătății populaționale**

Conf. Dr. Constantin KAMAL, Craiova

13.45- 14.45 PAUZĂ DE PRÂNZ

14.45 - 15.45 ABORDĂRI CLINICE EMERGENTE ÎN MEDICINA STILULUI DE VIAȚĂ

14.45 - 15.05 **Revizuirea schemelor terapeutice ale pacienților cronici în contextul intervențiilor de schimbare de stil de viață**

Prof. Dr. Lorena DIMA, Brașov



CONGRESUL INAUGURAL AL

SOCIETĂȚII ACADEMICE DE MEDICINA STILULUI DE VIAȚĂ

Interdisciplinaritate în medicina stilului de viață

Brașov, 10-12 mai 2026

Organizator



ACADEMIC SOCIETY
of LIFESTYLE MEDICINE

Parteneri



15.05 - 15.25 **Intoleranțe și alergii alimentare**

Prof. Dr. Polliana LERU, București

15.25 - 15.45 **Magneziul și mecanismele celulare ale îmbătrânirii**

Dr. Mihai-Cristian POPESCU, București

15.45 - 16.10 WORKSHOP

15.40 - 16.10 **Intervenții de meloterapie activă: mecanisme neurobiologice și eficiență în recuperarea pacientului**

Lect. Univ. Dr. Florin BĂLAN, Brașov

Conf. Dr. Alexandra BELIBOU, Brașov

Șef Lucr. Dr. Ionuț POINĂREANU Constanța

16.10 - 16.30 Pauză

16.30 - 17.00 WORKSHOP

16.30 - 17.00 **Activitatea fizică-sănătatea pe care putem să o pierdem**

Dr. Adriana ANTOHE, Brașov

17.00 - 17.30 **Nordic Walking — o activitate sportivă cu multiple beneficii terapeutice**

Psih. Marian ANGEL, Brașov

17.30 - 18.00 **Tai-Chi de la tradiție la sănătate modernă**

Dr. Cintia Orsa, Brașov

LUNI, 11 Mai 2026

SESIUNI ONLINE

DETERMINISMUL MULTIFACTORIAL AL OBEZITĂȚII LA COPIL

Povara obezității la copil și impactul acesteia asupra sănătății aparatului respirator

Prof. Dr. Mihai CRAIU, București

Importanța educației medicale în prevenția și tratamentul obezității la copil și adolescent

Conf. Dr. Dana-Teodora ANTON-PĂDURARU, Iași

Stil de viață digital la copil – factor de risc modificabil al sănătății în medicina stilului de viață

Dr. Dina OLTEANU-PASCAL, Brașov

Promovarea stilului de viață la vârsta copilăriei baza sănătății viitorului adult

Asist. Univ. Dr. Laura ATYIM, Timișoara

INTERVENȚII DE STIL DE VIAȚĂ ÎN PATOLOGIA CRONICĂ

Soluții bazate pe natură pentru bolile cronice

Prof. Dr. Ioana AGACHE, Brașov

Stilul de viață integrat în oncologie

Prof. Dr. Monica TARCEA, Târgu Mureș

DETERMINANTE SOCIO-COMPORTAMENTALE ALE STILULUI DE VIAȚĂ

Educația pentru stil de viață sănătos și hazardul economic

Conf. Dr. Adorata COMAN, Iași

Provocările intervențiilor preventive asupra stilului de viață în medicina de familie

Șef Lucr. Dr. Szuzsanna FARKAS-PAL, Oradea

Rolul continuității în îngrijiri în medicina stilului de viață

Conf. Dr. Gindrovel DUMITRA, Craiova

Comunicarea medic-pacient în medicina stilului de viață: rolul interviului motivațional în schimbarea comportamentului de sănătate

Elena Iuliana NISTOROIU, București



STILUL DE VIAȚĂ ÎN SĂNĂTATEA FEMEII

Abordarea integrativă a stilului de viață în menopauză între echilibru hormonal și sănătate metabolică

Dr. Andreea CIUBOTARU

Medicina alopată vs tradițională în medicina stilului de viață

Dr. Alexandra Victoria GHEMENT, București

MARȚI, 12 Mai 2026
SESIUNI ONLINE

INTERVENȚII NEUROPSIHOLOGICE ÎN MEDICINA STILULUI DE VIAȚĂ

Integrarea Neurologic Music Therapy în echipele interdisciplinare: de la neuroreabilitare la optimizarea stilului de viață

Lector Dr. Alexandra BELIBOU, Brașov

Gestionarea stresului, arta de a percepe realitatea și cheia unui stil de viață sănătos

Șef Lucr. Dr. Lucia BUBULAC, București

Efectul ashwagandha și al altor adaptogeni asupra axului hipotalamo-hipofizo-adrenal

Proff. F.A. HANZU, Barcelona, Spania

PREVENȚIA ADICȚIILOR

Neuromodularea în medicina stilului de viață: rolul TMS în managementul dependenței de nicotină

Șef Lucr. Dr. Dan CONSTANTIN, Brașov

De ce? Când? Și Cum? Prevenim adicțiile în asistența medicală primară

Prof. Dr. Roxana FOLESCU, Timișoara

EXERCIȚIUL FIZIC CA STRATEGIE DE PREVENȚIE VASCULARĂ

Impactul activității fizice moderate asupra indicelui gleznă-brăț, prevenția în medicina familiei

Asist. Univ. Andreea Narcisa IANA, Timișoara

Rolul exercițiului fizic în prevenția Accidentului Vascular Cerebral

Conf. Dr. Nadinne ROMAN Brașov

INTERACȚIUNI NUTRIȚIE–MICROBIOM–INFLAMAȚIE

Disbioza intestinală în hepatitele cronice virale: implicații clinice și intervenții prin stilul de viață

Conf. Dr. Maria Elena COCUZ, Brașov

Nutriția de prevenție

Prof. Dr. Lorena FILIP, Cluj Napoca



Rolul dietei în modularea inflamației din dermatita atopică

Dr. Anastasia ABĂITĂNCEI, Braşov

The Role of Pre-Sleep Nutrition in Supporting Relaxation and Sleep Onset: An Evidence-Informed Lifestyle Medicine Approach

Dr. Aisling KILLORAN

Stresul psihologic și microbiomul intestinal - dialogul invizibil dintre creier și intestin

Conf. Dr. Răzvan ȘUSAN, Timișoara

COMPORTAMENTE DE SĂNĂTATE ȘI INTERVENȚII INOVATIVE

Medicina românească și Burnout-ul – The Silent Killer

Dr. Mihai-Cristian POPESCU, București

Paradoxul tânărului informat: între cunoaștere și alegerile zilnice

Conf. Dr. Daniela GURGUȘ, Timișoara

Meloterapie activă: rezultate studiu

Șef Lucr. Dr. Ionuț POINĂREANU, Constanța