JORNADAS DEL BIENESTAR

Palasiet

NOVIEMBRE DE 2025

21 noviembre, viernes 18.00 h
RESPIRAR VIDA: SUMANDO SALUD AL CÁNCER DE PULMÓN
Por Florentino Hernando Trancho, Bernard Gaspar, Mario Redondo, Mabel Ojeda, Elena Fernández, Vanesa Rodríguez y Josep Heredia

22 noviembre, sábado mañana
TALLERES
Por Mario Redondo, Mabel Ojeda y Vanesa Rodríguez

PALASIET
WELLNESS CLINIC & THALASSO

Con el aval científico de la Sociedad Española de Cirugía Torácica (SECT)

SECT SOCIEDAD ESPAÑOLA DE CIRUGÍA TORÁCICA

JORNADAS DEL BIENESTAR
Palasiet

Desde hace más de cincuenta y cinco años Palasiet Wellness Clinic & Thalasso, ha ayudado a sus huéspedes a tener una vida más saludable. La filosofía Palasiet sostiene que, para ello, solo hace falta compromiso personal, ayuda e inspiración con el objetivo de obtener mayor bienestar físico y emocional.

Continuando con la labor iniciada por el Dr. Joaquín Farnós, pionero de la rehabilitación funcional y talasoterapia y, como complemento del bienestar que han venido ampliando y desarrollando sus hijos en las instalaciones y servicios de Palasiet, en el año 2022 se organizaron las primeras Jornadas del Bienestar Palasiet, que continúan con gran aceptación hasta ahora.

Las Jornadas del Bienestar Palasiet son de asistencia gratuita previa reserva y tienen como objetivo crear una toma de conciencia física, mental y emocional, entre los participantes, de la importancia que tiene la medicina integrativa en nuestro día a día, tanto para la superación de alguna dolencia o problema físico concreto, como para el buen funcionamiento de la actividad somática y psíquica de las personas.

Las jornadas “Respirar vida: sumando salud al cáncer de pulmón“ van dirigidas a pacientes de cáncer de pulmón, a sus familiares y a todas aquellas personas interesadas en esta patología, tanto población general como profesionales del mundo de la salud.

Palasiet es, hoy en día, el centro decano de la talasoterapia en España y uno de los centros más prestigiosos de Europa en esta modalidad del turismo de salud. El Dr. Joaquín Farnós Gauchía propuso la Filosofía Palasiet basada en cinco pilares: Talasoterapia, Nutrición, Actividad física, Tratamientos médicos especializados y Equilibrio emocional, que es la seña de identidad de la Wellness Clinic & Thalasso, donde la utilización del agua de mar supervisada por médicos especialistas, la utilización combinada de la nutrición saludable, la actividad física, el equilibrio emocional y las más modernas técnicas médicas, han generado un modelo único en Europa.

”El objetivo no es vivir más años, sino vivir con mayor bienestar físico, mental y espiritual”. Joaquín Farnós (1934-2021).

JORNADAS DEL BIENESTAR

Palasiet

Viernes 21 de noviembre de 2025

RESPIRAR VIDA: SUMANDO SALUD AL CÁNCER DE PULMÓN

18:00-18:05 h

Apertura y bienvenida

Katherine Lozano y Elena Fernández

18:05-18:30 h

El nuevo paradigma del cáncer de pulmón: el tratamiento personalizado y su mayor supervivencia

Florentino Hernando Trancho y Bernard Gaspar

18:30-19:30 h

Preparando el sistema inmune y mejorando la calidad de vida: hablemos de ejercicio físico, nutrición, suplementación y talasoterapia

Mario Redondo, Mabel Ojeda y Elena Fernández

19:30-19:50 h

Pausa-café

19:50-20:30 h

Tomando acción: ¡no te quedes parado!

Vanesa Rodríguez y Josep Heredia

20:30 h

Clausura

Joaquín Farnós

Aforo limitado | Asistencia previa reserva: jornadasdelbienestar@palasiet.com

Sábado 22 de noviembre de 2025

TALLERES

Durante la mañana del sábado, se llevarán a cabo tres talleres impartidos por ponentes de la tarde anterior, en los que podrás poner en práctica algunas de sus propuestas.
Se desarrollarán de forma simultánea y rotativa con una duración de 50 minutos y se repetirán para que puedas asistir a los tres si así lo deseas.

TALLER DE EJERCICIO FÍSICO

Mario Redondo y Edwar Alzate

De la mano de Mario Redondo, podrás poner en práctica algunos de los ejercicios de fuerza recomendados para pacientes de cáncer de pulmón.

TALLER DE NUTRICIÓN

Mabel Ojeda y Irene Domínguez

Mabel Ojeda te ayudará a diseñar platos deliciosos y nutritivos especialmente interesantes en casos de cáncer de pulmón.

TALLER DE FISIOTERAPIA RESPIRATORIA Y MEDITACIÓN

Vanesa Rodríguez y Lourdes Ramón

Vanesa Rodríguez te guiará de forma práctica en la mejor manera de ejercitar la respiración para obtener los mayores beneficios.

Aforo limitado | Asistencia previa reserva: jornadasdelbienestar@palasiet.com

FLORENTINO HERNANDO TRANCHO

21 de noviembre, viernes 18.05 h

EL NUEVO PARADIGMA DEL CÁNCER DE PULMÓN

Destacado cirujano torácico español, reconocido por su amplia experiencia en el tratamiento del cáncer de pulmón. Actualmente, lidera el Servicio de Cirugía Torácica del Hospital Clínico San Carlos de Madrid, donde ha impulsado técnicas quirúrgicas avanzadas y programas de investigación centrados en la oncología torácica.

El Dr. Hernando Trancho, formado en la Universidad Complutense de Madrid, obtuvo su doctorado en 1994 y es profesor asociado de cirugía desde 1997.

Además de su labor asistencial, este especialista participa activamente en distintas iniciativas y sociedades científicas que impulsan la mejora y el tratamiento del cáncer de pulmón. Ha sido presidente de la Sociedad Española de Cirugía Torácica, Regent of the European Society of Thoracic Surgeons (ESTS) para España y vicepresidente de la Comisión Nacional de la Especialidad.

En la actualidad es miembro de la Junta Directiva y Comité Científico del Grupo Español de Cáncer de Pulmón (GECP) y de la Lung Ambition Alliance.

ELENA FERNÁNDEZ

21 de noviembre, viernes 18.30 h

PREPARANDO EL SISTEMA INMUNE Y MEJORANDO LA CALIDAD DE VIDA

Licenciada y Doctora en Medicina por las Universidades Autónoma y Complutense de Madrid. Especializada en Cirugía Torácica en el Hospital Clínico San Carlos de Madrid donde ejerce desde 2005. Máster en Oncología Torácica, Postgrado en Microbiota y Máster en Psico-neuro-inmunología Clínica (PNI).

Elena Fernández ha dedicado la mayor parte de su trayectoria al diagnóstico y tratamiento del cáncer de pulmón, siendo responsable de la consulta monográfica para el estudio de lesiones pulmonares de su hospital y habiendo implementado nuevas herramientas diagnósticas, como la broncoscopia guiada con navegación electromagnética.

También es especialista en PNI, lo que la ha llevado a adoptar un abordaje integrativo de la salud de sus pacientes, profundizando en la mejora de su sistema inmune desde el estilo de vida y las emociones.

Actualmente también forma parte del equipo médico de Clínicas Regenera, donde ejerce como especialista en PNI. Además, es co-directora del Máster de PNI de la Facultad de Medicina Integrativa Regenera, adscrita a la Western Europe University.

BERNARD GASPAR MARTÍNEZ

21 de noviembre, viernes 18.05 h

EL NUEVO PARADIGMA DEL CÁNCER DE PULMÓN

Miembro fundador y actual presidente de la Asociación Española de Afectados de Cáncer de Pulmón (AEACaP). Esta asociación fue creada por su pareja, que era paciente de cáncer de pulmón, en 2008. Tras su fallecimiento, Bernard tomó su relevo y continuó con los trabajos para formalizar el nacimiento de la entidad.

AEACaP surgió con el propósito de apoyar, atender las necesidades y defender los derechos de las personas afectadas, un objetivo que sigue vigente en la actualidad tras más de 12 años de andadura.

En el seno de la asociación, Bernard ostenta la presidencia, un puesto desde el que, además de representar a la entidad, organiza actividades y gestiona la puesta en marcha de servicios y defiende y visibiliza las aspiraciones, preocupaciones y demandas de las personas afectadas por la enfermedad. Además, junto con otros miembros de la organización de AEACaP, establece vínculos con profesionales de distintas áreas y otras asociaciones y plataformas y entidades nacionales e internacionales en beneficio de las personas afectadas.

Bernard Gaspar es licenciado en Ciencias Económicas y Empresariales, trabaja desde 2003 en la Administración pública y su actividad en la asociación la realiza de forma altruista.

MABEL OJEDA

21 de noviembre, viernes 18.30 h
PREPARANDO EL SISTEMA INMUNE Y MEJORANDO LA CALIDAD DE VIDA
22 de noviembre, sábado mañana
TALLER DE NUTRICIÓN

Graduada en Nutrición Humana y Dietética y Máster en Nutrición Clínica por la Universidad Europea de Madrid y Máster en Microbiota Humana por TECH Universidad Tecnológica. Cuenta, además, con amplia formación específica, destacando Posgrados en Oncología integrativa, PNIE, así como otras formaciones en el ámbito de la salud, inmunidad y metabolismo.

Mabel Ojeda desarrolla desde 2015 su labor en el campo de la nutrición en su consulta privada, acompañando principalmente a personas con cáncer y patologías inmunitarias. Su búsqueda constante de un enfoque integral de la salud la llevaron, en 2024, a fundar Emuná: un equipo multidisciplinar de Nutrición y Medicina que apuesta por el cuidado multidisciplinar y holístico de la persona. En Emuná, además, cuentan con un equipo de psicología y entrenamiento personal, convencidos de que el bienestar es el resultado de un abordaje integral y personalizado.

A lo largo de su trayectoria, ha participado en distintas formaciones, impartiendo clases de nutrición oncológica desde un enfoque metabólico, compartiendo su experiencia y conocimiento tanto con pacientes como con otros profesionales de la salud. Esta pasión por la formación y el acompañamiento la ha llevado a impulsar la academia privada de Emuná, desde donde se ofrecen cursos y talleres diseñados para empoderar a pacientes y seguir formando a profesionales comprometidos con una salud integrativa y humana.

JOSEP HEREDIA

21 de noviembre, viernes 19:50 h
TOMANDO ACCIÓN:
¡NO TE QUEDES PARADO!

Director Ejecutivo de The Ricky Rubio Foundation, una organización sin ánimo de lucro comprometida con la lucha contra el cáncer de pulmón, centrando su labor en la concienciación, prevención, acompañamiento emocional y apoyo a la investigación.

Josep Heredia, desde su rol, lidera el diseño y ejecución de programas estratégicos como LungFit, que promueve hábitos de vida saludables y educación respiratoria en colaboración con instituciones médicas y científicas. Bajo su dirección, la Fundación impulsa campañas de sensibilización pública, acciones de apoyo psicosocial a pacientes y familiares, y alianzas con entidades del ámbito sanitario, académico y deportivo para visibilizar esta enfermedad y reducir su impacto social.

Con una trayectoria profesional ligada al impacto social y una visión orientada a la transformación estructural, Josep articula la misión de la Fundación con un enfoque riguroso, transversal y humano, convirtiéndola en una voz relevante en el ámbito de la salud pulmonar y la concienciación sobre el cáncer de pulmón.

VANESA RODRÍGUEZ

21 de noviembre, viernes 19:50 h
TOMANDO ACCIÓN:
¡NO TE QUEDES PARADO!
22 de noviembre, sábado mañana
TALLER DE FISIOTERAPIA RESPIRATORIA Y MEDITACIÓN

Doctora en Biomedicina por la Universitat Pompeu Fabra - Barcelona (UPF), especializada en epidemiología, salud pública y fisioterapia cardiorrespiratoria.

Vanesa Rodríguez tiene una amplia experiencia científica y docente en universidades como TecnoCampus-UPF, Universitat de Manresa, Universitat de Barcelona, entre otras.

Actualmente es responsable de Proyectos e Investigación en Salud de The Ricky Rubio Foundation, una organización sin ánimo de lucro comprometida con la lucha contra el cáncer de pulmón, combinando su experiencia profesional con su vivencia personal como paciente de cáncer de pulmón.

MARIO REDONDO

21 de noviembre, viernes 18.30 h
PREPARANDO EL SISTEMA INMUNE Y MEJORANDO LA CALIDAD DE VIDA
22 de noviembre, sábado mañana
TALLER DE EJERCICIO FÍSICO

Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte y Diplomado en Fisioterapia por la Universidad Europea de Madrid, con especialización en ejercicio físico aplicado al paciente oncológico. Cuenta, además, con formación específica en entrenamiento de fuerza por la National Strength and Conditioning Association.

Mario Redondo dirige desde 2016 su centro de entrenamiento personal en Madrid. Su principal línea de trabajo se ha centrado en la fisiología clínica del ejercicio aplicado al paciente oncológico, contribuyendo a integrar el ejercicio como parte del abordaje terapéutico en oncología.

Colabora activamente con la Universidad Europea de Madrid en proyectos de investigación relacionados con el ejercicio físico y el cáncer, publicando artículos científicos, colaborando con investigadores relevantes y desarrollando una destacada labor como divulgador científico.

Es ponente habitual en congresos, jornadas hospitalarias y actividades organizadas por asociaciones de pacientes. Asimismo, ha sido docente y asesor en múltiples cursos dirigidos a profesionales sanitarios. Fue también director del primer Curso de Experto en Paciente Oncológico de la Cátedra de Innovación en Medicina de la Universidad Autónoma de Madrid (UAM).

ENTIDADES COLABORADORAS JORNADAS DEL BIENESTAR PALASIET:

QUINTON medical

Salengei™ Science for Longevity

NUTRIBIÓTICA

GENERALITAT VALENCIANA

TURISME COMUNITAT VALENCIANA

PALASIET

Wellness Clinic & Thalasso

INFORMACIÓN Y RESERVAS:
Aforo limitado. Asistencia previa reserva hasta el 19 de noviembre:
jornadasdelbienestar@palasiet.com

Disponibles reservas limitadas con alojamiento especificando el código jornada-pulmón.
La reserva se efectuará con el número de la tarjeta de crédito y la fecha de caducidad en:
reservas@palasiet.com ó 964 300 250

Calle Pontazgo, 11 · 12560 Benicasim (Castellón) · Tel. 964 300 250
info@palasiet.com / www.palasiet.com