

1º CONGRESSO PORTUGUÊS DE **MEDICINA DO ESTILO DE VIDA**

CULTIVAR SAÚDE
DA EVIDÊNCIA CIENTÍFICA À PRÁTICA CLÍNICA

LISBOA | 7-9 NOVEMBRO 2022



mais informações: <https://spmev.org.pt>



1º CONGRESSO PORTUGUÊS DE
MEDICINA DO ESTILO DE VIDA
CULTIVAR SAÚDE
DA EVIDÊNCIA CIENTÍFICA À PRÁTICA CLÍNICA

HIGHLIGHTS

- Evidência científica das intervenções em Medicina do Estilo de Vida
- Estilos de vida e a cultura portuguesa
- *Shared medical appointments*
- Promoção da atividade física nos cuidados de saúde primários
- Prevenção do tabagismo nos jovens
- *Culinary Medicine*
- *Mindfulness* na saúde

