

Esport i activitat física per protegir i recuperar la salut mental

 29 d'octubre de 2026  Sala d'actes INEFC. Avgda. de l'Estadi, 12-22 Sants-Montjuïc, Barcelona

10:00 - 10:15	Benvinguda • Eduard Inglés. Director en INEFC • Laia Arnal. Directora del PNSM • Hble Sr. Bernardo Álvarez Merino. Conseller d'Esports
10.15-10:45	Ponència: Esport i activitat física: Fem pinya per la salut mental Miquel Torregrosa. Director de l'Institut de Recerca de l'Esport UAB.
10.45-11:30	Esport i educació física: de la promoció del benestar a la intervenció en salut mental Modera: Carles Ventura. Professor de psicologia a l'INEFC Barcelona • Salut i Teràpies Blaves. Jordi Renom-Pinsarch. Fac. Psicologia, UB. Equip Seaheals i Codirector Postgrau Salut Blava. • Exercici físic i esport per a la salut mental. Maria Rovira. Sport2live • Educació Física per a la promoció del benestar emocional. Carles González. Professor del Departament d'Educació Física de l'INEFC-centre de Barcelona
11.30-12:00	Pausa café
12.00-12:45	L'esport com a element de suport al benestar i la inclusió social en diferents col·lectius en situació de vulnerabilitat Modera: Susanna Soler Prat. Professora-catedràtica de l'INEFC Barcelona • Esport als centres penitenciaris. Marta Llorach-Segalà. Professora del Departament de Didàctiques Aplicades de la Facultat d'Educació (UB) • Activitat física i esport en persones amb patologia dual. Mariona Corbella Virós. Directora de la Fundació EsportSalus • Esport per a la salut mental en persones refugiades. Marc Larripa Fernández. Direcció de l'Àrea Social i de Cooperació Internacional de l'AE Ramassà
12.45-13:30	Salut mental en l'alt nivell i l'alt rendiment: reptes, transicions i benestar al llarg de la carrera esportiva Modera: Susana Regüela. Cap de la Unitat d'Acompanyament a la Carrera Esportiva del CAR de Sant Cugat • Gestió de l'èxit i Post Olympic Blues. Iris Tió. Membre equip nacional natació artística • Suport i exigència en equips d'Alt Nivell. Victor Cano. Entrenador acrobàcies equip nacional natació artística • Deselecció i Retirada esportiva. Berta Ferreras. Membre de l'equip nacional de natació artística fins al 2024 i psicòloga de l'esport i general sanitari • Suport psicològic a esportistes d'elit. Lola Fernandez Ochoa. Fundación Blanca
13.30-13:45	Cloenda de la Jornada i Conclusions

Organitza:

Amb la col·laboració de: