

# Día Mundial del Sueño

“Sueño saludable, envejecimiento saludable”

**15 de Marzo de 2019**

**Lugar: Cámara de Comercio de Lima  
(Av. Giuseppe Garibaldi 396, Jesús María)**

**Hora: 7.00 pm – Ingreso Libre  
(Cupos Limitados)**

Palabras de Bienvenida	19:30 - 19:40	Dr. Darwin Vizcarra
Sueño y envejecimiento normal	19:45 - 20:05	Dr. Jose Luis Trigoso
Trastornos del sueño más frecuentes en el adulto mayor	20:10 - 20:30	Dr. Armin Delgado
Mesa Redonda	20:30 - 21:30	Dr. Darwin Vizcarra e invitados
Preguntas y conclusiones	21:30 - 22:00	Dr. Darwin Vizcarra