

El doctor Manuel de la Peña habla con Dolores Buitrago que cumple 110 años cantándole coplas

Dolores Buitrago entrará en el Club de los supercentenarios el próximo 30 de junio, cuando cumpla 110 años y la alcaldía de Puertollano (Ciudad Real), donde nació, ya le está preparando un homenaje

Por este motivo forma parte del estudio sobre "vivir sanos 120 años" que está llevando a cabo el doctor Manuel de la Peña, de gran prestigio internacional como académico, director de la cátedra del corazón y longevidad y presidente del Instituto Europeo de Salud y Bienestar Social, que afirma con mucha rotundidad que en el año 2045 se vivirá 120 años y gracias a su tour de entrevistas clínicas a los más longevos del mundo, ha descubierto que en España hay un yacimiento de centenarios y supercentenarios, situándonos en el podio mundial de la longevidad.

En la entrevista clínica llevada a cabo el pasado miércoles, doña Dolores se presentó diciendo que ella se llama "Dolores, Lolita, Lola". El doctor de la Peña manifiesta que ha disfrutado mucho de su compañía y destaca que ha llegado a los 110 años por la gran influencia de sus costumbres sanas: es muy flaca, toma una dieta sana y equilibrada, baja en sal, le encanta tomar chocolate con magdalenas, no ha fumado nunca, canturrea coplas, tiene mucha fe y paz mental, es muy alegre, conserva parte de la movilidad, no presenta ninguna dolencia, tan solo pérdida parcial de audición y visión. Tiene cataratas, que el doctor considera que a pesar de su edad se puede operar y recientemente solamente le falla la memoria inmediata. Su punto débil, al igual que todos los supercentenarios, es que apenas bebe un litro de agua al día.

También al doctor le ha llamado la atención que su tensión arterial estaba perfectamente controlada, ya que tenía 12/70, su frecuencia cardíaca era normal, ya que estaba en 69 pulsaciones por minuto en reposo y su ritmo cardíaco es sinusal (normal), es decir, no tiene arritmias. Asimismo, observó que la saturación de oxígeno era de 94, su colesterol en sangre estaba en 212 y su ácido úrico en 3,5. Tan solo toma una pastilla de tromalit como antiagregante plaquetario. Todas estas características tan positivas la protegen contra cualquier tipo de evento cardiovascular, como ictus e infarto.

A lo largo de la entrevista clínica, "Doña Dolores, Lolita, Lola" que es una persona muy positiva, ha mostrado en todo momento que sus facultades mentales están plenamente conservadas y que se encuentra con ganas de llegar a los 120 años. Por otro lado, su piel refleja su fabulosa historia vital, su buen estado anímico y unos hábitos sanos. Su hija Pilar, de 81 años y su nieta Ana Benítez de 51 años, que son adorables, la cuidan con esmero y cariño hasta el más mínimo detalle para que no le falte de nada.

Al doctor De la Peña también le ha llamado la atención que ha sido operada con éxito a los 108 años de un melanoma (tumor cerca del ojo izquierdo) y la han operado y lo ha superado, sin dejar cicatriz alguna.

Es una mujer muy artista que pinta al óleo de maravilla y que también pinta muy bien mantelerías y juegos de cama. Tiene mucho sentido del humor, es muy alegre y es de carácter sosegado. Pese a que ha sufrido mucho, ha tenido una vida plena y feliz gracias al cariño de sus tres hijos, ocho nietos y doce bisnietos.

Ha sobrevivido a la Primera y Segunda Guerra Mundial, una guerra civil y dos pandemias, pero prefiere morir antes de vivir otra guerra. Recuerda que no pasó hambre porque su padre gestionó la intendencia de suministros para las tropas republicanas.

"Dolores, Lolita, Lola" a sus 110 años, le cantó varias coplas al doctor, el cual está realizando un admirable tour de entrevistas clínicas a supercentenarios y centenarios en los cuales ha recogido el testimonio de Josefa Navas de 107, Servando Palacín de 109, Engraciano González de 109, Teodora Cea de 112 y Dolores Buitrago de 110, entre otros.

Todas estas investigaciones y testimonios, se recogen en la Guía para vivir sanos 120 años, escrita por el doctor De la Peña y que va a lanzar en septiembre la editorial Vergara (Penguin Random House).

De la Peña, además de profesor de cardiología y académico, es doctor Cum Laude y escritor. Ha sido distinguido con varios premios como la Insignia de Oro de la Asociación de Pacientes Coronarios (APACOR) y con la Medalla de Bronce de la Sociedad de Estudios Internacionales (SEI).

El Instituto Europeo de Salud y Bienestar Social es una institución independiente, donde han participado Premios Nobel, ministros de distintos signos políticos y diputados del Parlamento Europeo, entre otros.

<https://youtu.be/uZYbL2a6ZW0>

Datos de contacto:

Manuel de la Peña
COMUNICAE
914118090

Nota de prensa publicada en: [Madrid](#)

Categorías: [Nacional](#) [Medicina](#) [Madrid](#) [Castilla La Mancha](#) [Personas Mayores](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>