

Las Palmas de Gran Canaria acogerá la presentación de la 'Guía para vivir sanos 120 años' del Dr. de la Peña

El próximo lunes 4 de noviembre, a las 18:00 horas, se presentará la 'Guía para Vivir Sanos 120 Años', un libro que con su segunda edición ya va camino de convertirse en un bestseller. Un acto que se celebrará en el Paraninfo de la Universidad de Las Palmas de Gran Canaria organizado por M^a Elda Cabrera. Esta ceremonia estará presidida por el rector de dicha institución, Lluís Serra, la alcaldesa, Carolina Darias y Esther Monzón, la Consejera de Sanidad del Gobierno de Gran Canaria

Al acto, con entrada libre, previa inscripción (*), podrán acudir profesores y estudiantes de Ciencias de la Salud (Medicina, Enfermería, Fisioterapia) y de Ciencias del Deporte, así como ciudadanos en general, interesados en este tema tan de actualidad como es la longevidad.

El reconocido y reputado doctor Manuel de la Peña se ha dedicado años a investigar las claves de la longevidad extrema. Su trabajo ha revelado la presencia de un yacimiento de supercentenarios en España, posicionando al país como líder en longevidad.

En este evento participarán miembros de la familia canaria, los Hernández Pérez, que es la más longeva del mundo, motivo por el cual recibirá un reconocimiento por parte del Instituto Europeo de Salud y Bienestar Social, institución que preside el Dr. Manuel de la Peña.

El doctor se ha percatado de que, en la Villa de Moya, una pequeña localidad de la isla de Gran Canaria, vive la familia Hernández Pérez, que en el año 2022 entraron en el Libro Guinness de los Récords. Se trata de la familia que acumula más años de vida, un total de 1.074 entre todos ellos, superando el récord anterior en 16 años. La familia estará también acompañada por su alcalde, Raúl Afonso.

Según el doctor Manuel de la Peña, el número de personas en el mundo que han llegado a los 100 años supera las 700.000. En este contexto, España, con cerca de 20.000 centenarios, ocupa un lugar destacado en el ranking mundial de longevidad.

El doctor Manuel de la Peña, conocido por su vasta experiencia en cardiología y longevidad, ha escrito la Guía para vivir sanos 120 años. En esta obra, el doctor cum laude en Medicina invita a los lectores a un revelador viaje hacia una vida más larga y saludable, siguiendo el ejemplo de las personas más longevas del planeta. A través de sus páginas, se desvelan los secretos de los hábitos y costumbres de estos supercentenarios, basándose en estudios de investigación y en su propia experiencia como experto en longevidad.

Según el profesor De la Peña, la edad no representa un obstáculo infranqueable para operarse ni curarse. De hecho, señala que a Servando a sus 109 años le acaban de implantar un marcapasos.

Con este libro, se crece interiormente, ya que el Dr. Manuel de la Peña, continúa su misión de transferir la sabiduría de los centenarios que ha estudiado y fomenta un enfoque más humanizado y afectivo en la atención a la salud. La Guía para vivir sanos 120 años promete ser una lectura esencial para todos aquellos interesados en descubrir cómo alcanzar una vida larga, sana y plena.

De la Peña, además de académico y profesor de cardiología, es director de la cátedra del corazón y longevidad, escritor y presidente del Instituto Europeo de Salud y Bienestar Social. Ha sido galardonado con la Insignia de Oro de la Asociación de Pacientes Coronarios (APACOR) y con la Medalla de Bronce de la Sociedad de Estudios Internacionales (SEI) y la Escultura Donante - Receptor de la Asociación Española de Trasplantados de Corazón.

(*) <https://forms.gle/8HsmfPZhTkv9yx7X8>

Datos de contacto:

María Pérez Fernández
Instituto Europeo
914118090

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

Categorías: [Nacional](#) [Medicina](#) [Madrid](#) [Canarias](#) [Solidaridad y cooperación](#) [Personas Mayores](#) [Universidades](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>