

La SEMG y el SERGAS presentan en Galicia el REGACE, el primer registro autonómico de centenarios derivado del RENACE

- La iniciativa, presentada por la doctora Pilar Rodríguez Ledo, permitirá estudiar los factores asociados a una longevidad saludable en una de las comunidades más longevas de Europa.
- Galicia es un “laboratorio natural de longevidad”: alberga más de 2.000 centenarios y una de las mayores concentraciones de personas de más de 100 años de Europa.
- REGACE no solo estudia por qué algunas personas viven más: busca entender cómo conseguir que más personas vivan mejor.
- Este registro gallego de personas de más de 100 años podría convertir a Galicia en referencia internacional para la investigación sobre envejecimiento saludable.

Santiago de Compostela, 16 de junio de 2026 – La Sociedad Española de Médicos Generales y de Familia (SEMG) presentó ayer en Santiago de Compostela, junto al Servicio Gallego de Salud (SERGAS), el REGACE (Registro Galego de Persoas Centenarias). Se trata de una iniciativa resultante del Registro Nacional de Centenarios de SEMG, RENACE, que tendrá como fin identificar, registrar y estudiar a la población centenaria gallega para avanzar en el conocimiento de los factores asociados a una longevidad saludable.

La presentación tuvo lugar en el salón de actos de la Consellería de Sanidade y corrió a cargo de la doctora Pilar Rodríguez Ledo, presidenta de la SEMG, médica de familia y una de las principales impulsoras de este proyecto de investigación sobre envejecimiento saludable y longevidad extrema. En el acto estuvo acompañada por el doctor Albert Foo, presidente de SEMG Galicia y responsable del Grupo de Trabajo de Medicina Rural de la SEMG, y por la doctora Cristina Santomé, investigadora del proyecto RENACE.

REGACE surge como desarrollo autonómico del Registro Nacional de Centenarios promovido por la SEMG, RENACE, un programa de investigación multidisciplinar que busca comprender por qué algunas personas alcanzan los 100 años manteniendo elevados niveles de autonomía, funcionalidad y calidad de vida. La presidenta de SEMG ha explicado una de las cosas que hace diferente REGACE, de cualquiera de los registros que hay de la historia clínica, es que será “el primer sistema estructurado de identificación y caracterización integral de centenarios gallegos, incorporando variables clínicas, funcionales, sociales y biológicas”.

“REGACE no solo estudia por qué algunas personas viven más: busca entender cómo conseguir que más personas vivan mejor. Comprender por qué algunas personas alcanzan los 100 años con buena salud puede ayudarnos a rediseñar las estrategias de prevención y envejecimiento saludable para toda la población”, afirmó Rodríguez Ledo. En este sentido, recordó que “identificar los factores asociados al envejecimiento saludable permitirá orientar políticas sanitarias que favorezcan una mayor calidad de vida y una menor dependencia en edades

avanzadas”.

Una revolución demográfica silenciosa

La puesta en marcha de este registro responde a una realidad demográfica sin precedentes. Según datos del Instituto Nacional de Estadística, la esperanza de vida al nacer en España se sitúa ya en los 83 años, una de las más altas del mundo. Según dio a conocer la presidenta de SEMG durante la presentación, Galicia es un “laboratorio natural de longevidad” ya que supera los 84 años y, en provincias como Lugo y Ourense, la proporción de personas mayores de 85 años es la más elevada del país. Además, la comunidad gallega registra unas de las mayores tasas de centenarios de Europa, por lo que “REGACE puede convertir a Galicia en referencia internacional para la investigación sobre envejecimiento saludable”.

Además, el grupo de personas centenarias no deja de crecer. En España viven actualmente más de 20.000 personas con 100 años o más y las previsiones apuntan a que esta cifra superará las 100.000 en 2050. Galicia cuenta ya con más de 2.000 centenarios, una cifra que podría multiplicarse por cinco durante los próximos 25 años. Dentro de este contexto, Lugo destaca como una de las provincias con mayor índice de centenarios por habitante de Europa.

Los expertos creen que la denominada "cuarta edad" será cada vez más frecuente. Las previsiones indican que en 2050 una de cada tres personas residentes en Galicia tendrá más de 65 años y que la población mayor de 80 años será el grupo demográfico que más crecerá, duplicándose en apenas dos décadas.

La longevidad constituye además un fenómeno global. Según las proyecciones de Naciones Unidas, a finales de este siglo (2100) habrá más personas mayores de 80 años que menores de 15 en todo el mundo. Japón, considerado uno de los países líderes en longevidad, supera ya los 90.000 centenarios.

Aprender de quienes han alcanzado los 100 años

Durante la presentación, Pilar Rodríguez Ledo destacó que «la longevidad es mucho más que vivir muchos años; es vivirlos con sentido». En este sentido, explicó que REGACE y RENACE nacen para aprender de las personas centenarias, no solo por la edad alcanzada, sino por su capacidad de adaptación, resiliencia y mantenimiento de la autonomía.

El proyecto analizará factores clínicos, biológicos y genéticos, pero también elementos relacionados con los estilos de vida, la ruralidad, las relaciones familiares y comunitarias, el papel de la Atención Primaria y los determinantes sociales de la salud.

Las investigaciones previas desarrolladas por el equipo impulsor del RENACE han identificado características comunes entre numerosos centenarios sanos, entre ellas una alimentación equilibrada, actividad física integrada en la vida cotidiana, escaso consumo de tabaco y alcohol, fuertes vínculos sociofamiliares, objetivos vitales definidos y una menor presencia de enfermedades crónicas como obesidad, diabetes, EPOC o determinados tipos de cáncer.

Asimismo, los estudios realizados han detectado perfiles inmunológicos específicos asociados

NOTA DE PRENSA

a una menor inflamación crónica, un factor cada vez más relacionado con el envejecimiento saludable y la longevidad extrema.

La información obtenida a través de REGACE permitirá desarrollar nuevas estrategias de prevención, modelos asistenciales y políticas públicas orientadas a promover un envejecimiento activo y saludable. El objetivo final es trasladar el conocimiento generado por las personas centenarias a la población general para contribuir a que vivir más años signifique también vivir mejor.

Con esta iniciativa, la SEMG refuerza su compromiso con la investigación en Atención Primaria y sitúa a Galicia como un referente nacional e internacional en el estudio de la longevidad y el envejecimiento saludable.

Para más información contactar con:

Sonia Morales (Comunicación SEMG)

Teléfono de contacto: 626 301 370

Email: gabinetecomunicacion@semg.es