

TEVA

MÚSICA

LA MARAVILLOSA
MARI DE
CHAMBAO
25 AÑOS EN
LA CARRETERA

EL NUEVO
FENÓMENO POP
MARÍA
ARNAL

ANÁLISIS
EN LA
BATALLA
DEL ACOSO
SEXUAL Y
LABORAL

EN PORTADA:
LARA MULLEN

SOCIEDAD
UN AGITADOR
EN LA CORTE
WINDSOR

“Los royals nos detestan
a los periodistas”

Relatos de autor XXIII

“La distancia más corta”
Por Pablo Martín Sánchez

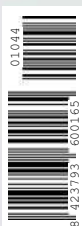
MODA
LENCERÍA

HAY UNA NUEVA
ESTRELLA
EN LA CALLE

EL ÚLTIMO
DESAFÍO

SILUETA AUDAZ EN CUERO
+ EL BOLSO ABIERTO

Y OTROS ACCESORIOS ATREVIDOS



Nº 1044
ABRIL 2026
6,95€

TELVA BELLEZA Y BIENESTAR

TELVA BELLEZA Y BIENESTAR

persiguiendo la
longevidad

PRIMER ENCUENTRO
CON DR. MANEL ESTELLER

Más
longevos,
sanos y
felices

La I Jornada “Persiguiendo la longevidad”, organizada por TELVA, reunió a un excepcional grupo de expertos con el doctor Manel Esteller, una de las máximas autoridades mundiales en epigenética, envejecimiento y cáncer. Un encuentro único donde se revelaron los secretos para vivir más y mejor.

—Cristina Martín Frutos. Fotos: Flaminia Pelazzi.



Arriba, junto a Olga Ruiz, directora de TELVA, y el resto de invitados. A la dcha., Adelina Giménez, directora de Negocio de TELVA; Alicia de Vicente, directora de publicidad de TELVA; Isabel Castillejo, directora del área Medical L'Oreal Dermatological Beauty, Olga Ruiz y Rocío Valenzuela, directora general de la división dermatológica de L'Oréal Groupe.



Ciento diecisiete años y nueve meses. Ese es el tiempo que vivió María Branyas, la persona más longeva del mundo. María, que solo tenía problemas de audición y movilidad, despertó la atención del doctor Manel Esteller y su equipo, quienes estudiaron su caso para entender algo mejor los secretos de la longevidad extrema. Lo que se observó en esa investigación, la más completa hasta la fecha sobre un supercentenario, vertebró gran parte de la jornada *Persiguiendo la longevidad*, celebrada el pasado 26 de febrero. El primero de una serie de encuentros organizado por TELVA para comprender eso que ahora, cuando España se sitúa, según la OCDE, como el tercer país en esperanza de vida (84 años), nos preocupa tanto. Precisamente el doctor Manel Esteller, jefe del Grupo de Epigenética del Cáncer del Instituto de Investigación del Hospital de Sant Pau, catedrático de Genética de la Universidad de Barcelona, máxima autoridad mundial en epigenética, envejecimiento y cáncer, y autor del citado estudio, compartió conclusiones e inquietudes junto a un elenco de expertos igualmente interesados en los mecanismos del envejecimiento. Antes de nada, el experto planteó la definición de longevidad. “Consiste en vivir más de lo que se espera de promedio. Algo que en el área mediterránea es más allá de los 84-85 años. Para ello, hay que conocer la diferencia entre edad biológica -la que sienten tus células- y cronológica, que es la del DNI”. Al nacer es casi idéntica, pero se va separando a medida que crecemos. En Branyas, ese salto era, ni más ni menos, que de 25 años. Pero ¿cómo puede el resto de los mortales alcanzar cierta ventaja? Un 50% depende de la genética; la otra mitad se puede modular con hábitos (o epigenética). En la mesa se repasaron algunos conocidos: evitar tabaco, alcohol y ultraprocesados; comer ligero, variado y más pescado y legumbres; practicar ejercicio moderado; descansar... A esta lista de secretos hay que sumar uno tan básico como fundamental: disfrutar y sentirse querido. Como María, quien no dejó de hacer nuevos amigos hasta sus últimos días. “Mantener la mente activa



El doctor Manel Esteller es una de las máximas autoridades mundiales en epigenética, envejecimiento y cáncer.



El doctor Jaime Tufet, especialista en Medicina Estética, con Olga Ruiz y Manel Esteller.

“Mantener la mente activa y cultivar las relaciones sociales ayuda a vivir más y mejor” (Manel Esteller)

y cultivar las relaciones sociales ayuda a vivir más y mejor”, apuntó Esteller. También hubo espacio para plantear los retos. Aunque cada vez se habla más de ello; inspira lanzamientos cosméticos; campañas de moda; investigaciones científicas e, incluso, impulsa movimientos -como los famosos biohackers-, el envejecimiento representa un desafío para el sistema sanitario, social y económico. Sin embargo, los avances van por buen camino. Desde análisis genéticos que permiten adelantarse a ciertas enfermedades a fármacos antiaging, pruebas diagnósticas o el gemelo digital (réplicas humanas digitales, con sus datos clínicos, para testar tratamientos). Incluso, aunque suene a ciencia ficción, se está empezando a trabajar con organoides (simulaciones en 3D de órganos humanos). “Tenemos células de María creciendo en el laboratorio”, contaba el doctor Manel Esteller antes de clausurar el evento. Curioso, y puede que, como decía Olga Ruiz, directora de TELVA en el inicio de la cita, hasta un poco poético. Porque María, hasta después de su muerte, aún sigue ayudando a la ciencia. **1**



La doctora Isabel de Benito, cirujana plástica de Institución Gournay.



Paz Torralba, fundadora de The Beauty Concept.

1. Marian García, doctora en Farmacia, experta en nutrición y divulgadora científica; Alejandro Bataller, vicepresidente de SHA Wellness Clinic y Paloma Sancho, directora de Belleza de TELVA.

2. El doctor Esteller charlando con Eva Peláez, directora de Lancôme, y María Pulido, directora de Estée Lauder Iberia. **3.** La dermatóloga Almudena Nuño, Alicia de Vicente, de TELVA, Rocío Valenzuela, Isabel Castillejo, Adelina Giménez, de TELVA, Belén Quijano y María José Gordon, de Publicidad de UE. **4.** Salvador Alcaide y Mari Cruz García Rueda, de Grupo Quirónsalud, con Lorena Camacho, de Clinique La Prairie. **5.** Isabel de Benito, cirujana de la institución Gournay junto a Jaime Tufet, de la Sociedad Española de Medicina Estética (SEME).



Lucía Francesch, subdirectora de TELVA; Ainhara Viñarás, directora general de la División Prestige de Shiseido Group y Eva Peláez, directora general de Lancôme.



Paz Torralba, fundadora de The Beauty Concept.

1. Marian García, doctora en Farmacia, experta en nutrición y divulgadora científica; Alejandro Bataller, vicepresidente de SHA Wellness Clinic y Paloma Sancho, directora de Belleza de TELVA.

2. El doctor Esteller charlando con Eva Peláez, directora de Lancôme, y María Pulido, directora de Estée Lauder Iberia. **3.** La dermatóloga Almudena Nuño, Alicia de Vicente, de TELVA, Rocío Valenzuela, Isabel Castillejo, Adelina Giménez, de TELVA, Belén Quijano y María José Gordon, de Publicidad de UE. **4.** Salvador Alcaide y Mari Cruz García Rueda, de Grupo Quirónsalud, con Lorena Camacho, de Clinique La Prairie. **5.** Isabel de Benito, cirujana de la institución Gournay junto a Jaime Tufet, de la Sociedad Española de Medicina Estética (SEME).

