

Proyecto RENACE: Atención Primaria como motor de la longevidad saludable

1. Fundamentación: un nuevo paradigma para la Atención Primaria del siglo XXI

1.1. España ante el reto de la longevidad

España es uno de los países con mayor esperanza de vida del mundo. Este logro sanitario plantea un nuevo desafío: conseguir que los años ganados se vivan con salud, autonomía y calidad de vida. El envejecimiento de la población y el aumento del número de centenarios exigen evolucionar desde un modelo centrado en la enfermedad hacia otro orientado a promover un envejecimiento saludable. En este contexto nace **RENACE (Red Nacional para el Estudio de los Centenarios y la Longevidad Excepcional)**, una iniciativa de la SEMG que sitúa a la Atención Primaria (AP) como eje estratégico para comprender, promover y extender la longevidad saludable. A partir de un proyecto de investigación piloto en 2011, se desarrolla una nueva línea estratégica (<https://www.semg.es/proyecto-renace>).

1.2. Del tratamiento de la enfermedad a la ciencia de la salud

RENACE propone un cambio de paradigma: pasar de estudiar exclusivamente la enfermedad a comprender los factores que favorecen un envejecimiento saludable.

Su pregunta de partida resume la esencia del proyecto:

¿Qué podemos aprender de quienes envejecen de forma excepcionalmente saludable para ayudar a toda la población a vivir más años con mejor salud?

Identificar los factores biológicos, clínicos, funcionales, sociales y ambientales asociados a la longevidad excepcional permitirá desarrollar nuevas estrategias preventivas y asistenciales desde la AP, situando el estudio de la salud como motor de innovación sanitaria.

Este cambio de enfoque sitúa el estudio de la salud —y no solo de la enfermedad— como motor de innovación sanitaria. Analizar los factores biológicos, clínicos, funcionales, psicológicos, sociales y ambientales presentes en las personas con longevidad excepcional permitirá identificar mecanismos protectores susceptibles de incorporarse a las estrategias preventivas y asistenciales desarrolladas desde la AP.

RENACE representa, por tanto, una apuesta por una medicina predictiva, preventiva, personalizada y participativa, alineada con los principios de la medicina basada en el valor y con los grandes retos de sostenibilidad del Sistema Nacional de Salud.

RENACE nace para responder a una pregunta sencilla, pero trascendental:

¿Qué podemos aprender de quienes envejecen mejor para ayudar a toda la población a vivir más años con mejor salud?

RENACE no estudia únicamente por qué algunas personas llegan a los 100 años; estudia cómo conseguir que millones de personas envejezcan mejor.

1.3. La Atención Primaria como líder de la medicina de la longevidad

La AP es el ámbito asistencial mejor situado para liderar la medicina de la longevidad gracias a su visión longitudinal de las personas, sus familias y su entorno. Esta continuidad asistencial permite promover la salud, prevenir la enfermedad e identificar precozmente los factores que condicionan un envejecimiento saludable.

RENACE refuerza este papel estratégico, situando a la Medicina de Familia no solo como eje asistencial, sino también como disciplina científica capaz de generar evidencia útil y transferible a la práctica clínica. Así, la AP deja de limitarse a atender las consecuencias del envejecimiento para convertirse en protagonista de su prevención y promoción.

1.4. RENACE: una estrategia de transformación sanitaria

RENACE va más allá de un proyecto de investigación: es una estrategia de innovación que integra investigación, formación, colaboración y transferencia del conocimiento para transformar el abordaje del envejecimiento desde la AP.

Su objetivo no es solo conocer mejor a las personas centenarias, sino convertir ese conocimiento en herramientas que mejoren la salud de toda la población. Porque la longevidad saludable comienza mucho antes de los cien años: se construye con prevención, promoción de la salud y un seguimiento continuado desde la Medicina de Familia.

RENACE representa una AP que, además de cuidar, investiga, innova y lidera la transformación del Sistema Nacional de Salud.

2. El modelo RENACE: una estrategia de transformación desde la Atención Primaria

2.1. Un modelo asistencial que integra ciencia, prevención e innovación

RENACE no es un proyecto de investigación aislado ni una iniciativa limitada al estudio de las personas centenarias. Constituye una estrategia integral impulsada por la Sociedad Española de Médicos Generales y de Familia (SEMG) para incorporar la ciencia de la longevidad saludable a la práctica cotidiana de la AP.

Su principal elemento diferencial es la integración de tres dimensiones que tradicionalmente han evolucionado de forma paralela: la asistencia clínica, la investigación y la generación de conocimiento aplicable. RENACE convierte la consulta de Medicina de Familia en un espacio donde la atención a las personas y la investigación se retroalimentan, permitiendo que cada nuevo hallazgo revierta directamente en una mejor prevención, una atención más personalizada y una mayor capacidad para promover un envejecimiento saludable.

Este modelo sitúa a la AP no solo como puerta de entrada al sistema sanitario, sino como motor de innovación clínica y de generación de evidencia con impacto poblacional.

2.2. Misión, visión y principios que inspiran RENACE

Nuestra misión

Transformar el conocimiento científico sobre la longevidad saludable en herramientas, estrategias y modelos asistenciales que permitan mejorar la salud, la funcionalidad y la calidad de vida de toda la población desde la AP.

Nuestra visión

Consolidar un modelo de referencia nacional e internacional que sitúe a la Medicina de Familia como disciplina científica líder en investigación sobre longevidad saludable, demostrando el valor estratégico de la AP para afrontar los retos demográficos y sanitarios del siglo XXI.

Nuestros valores

- **Humanismo.** Cada persona es única. Comprender su historia vital, su entorno familiar, sus determinantes sociales y sus expectativas resulta tan importante como conocer sus biomarcadores o sus diagnósticos.
- **Rigor científico.** Todas las actuaciones del proyecto se fundamentan en la mejor evidencia disponible, promoviendo una investigación de calidad, colaborativa y orientada a la transferencia del conocimiento.
- **Continuidad asistencial.** La relación longitudinal entre el médico de familia y sus pacientes constituye uno de los mayores activos científicos y asistenciales de la AP, permitiendo comprender el proceso de envejecimiento en toda su complejidad.
- **Innovación útil.** RENACE apuesta por una innovación orientada a resolver problemas reales de las personas y del sistema sanitario, facilitando que el conocimiento generado pueda incorporarse a la práctica clínica.
- **Colaboración.** El envejecimiento saludable requiere un enfoque multidisciplinar. RENACE promueve la cooperación entre profesionales sanitarios, universidades, centros de investigación, administraciones públicas, asociaciones de pacientes y sociedad civil.

2.3. Un modelo diferente para afrontar un nuevo reto sanitario

El envejecimiento poblacional exige evolucionar desde modelos centrados exclusivamente en la enfermedad hacia estrategias capaces de preservar la salud, la funcionalidad y la autonomía de las personas durante todo el ciclo vital.

Modelo tradicional	Modelo RENACE
Actuación principalmente reactiva frente a la enfermedad.	Promoción activa de la salud y prevención del deterioro funcional.
Atención centrada en episodios clínicos.	Seguimiento longitudinal a lo largo de toda la vida.
Predominio de una visión hospitalaria y fragmentada.	Liderazgo de la AP como eje integrador del sistema.
Foco prioritario en la patología.	Estudio de los factores protectores que favorecen un envejecimiento saludable.
Evaluación basada en supervivencia y control de enfermedades.	Evaluación basada en funcionalidad, autonomía, calidad de vida y valor en salud.
Generación de conocimiento principalmente desde ámbitos especializados.	Investigación integrada en la práctica clínica de la Medicina de Familia.

RENACE no sustituye los modelos actuales; los complementa y amplía, incorporando una visión preventiva y poblacional imprescindible para responder a los desafíos del envejecimiento.

2.4. Una identidad propia al servicio del Sistema Nacional de Salud

RENACE se caracteriza por una forma de trabajar basada en cinco atributos fundamentales:

- **Rigor**, porque todas sus actuaciones se sustentan en evidencia científica.
- **Innovación**, porque incorpora nuevas preguntas y modelos de investigación desde la AP.
- **Cercanía**, porque sitúa siempre a las personas y a las comunidades en el centro de la acción.
- **Colaboración**, porque entiende que los grandes retos sanitarios solo pueden abordarse mediante alianzas entre instituciones y profesionales.
- **Visión de futuro**, porque investiga hoy las soluciones que necesitará la sociedad de las próximas décadas.

Del mismo modo, RENACE evita enfoques reduccionistas o tecnocéntricos. La tecnología, la innovación y la investigación constituyen herramientas al servicio de las personas, nunca un fin en sí mismas.

2.5. Una nueva forma de generar valor desde la Atención Primaria

RENACE demuestra que la AP puede ir más allá de la prestación asistencial para convertirse en un espacio privilegiado de generación de conocimiento, innovación organizativa y transformación del sistema sanitario.

Al integrar investigación, prevención, formación y práctica clínica dentro de un mismo modelo, RENACE fortalece el papel estratégico de la Medicina de Familia y contribuye a construir una AP más resolutive, más científica y más preparada para afrontar los desafíos de una sociedad cada vez más longeva.

3. De la investigación a la práctica clínica: un modelo de generación de conocimiento desde la Atención Primaria

3.1. Investigación con vocación de transformación

RENACE genera conocimiento con un objetivo claro: trasladarlo a la práctica clínica para mejorar la salud de la población. La AP, gracias a la continuidad asistencial y al conocimiento longitudinal de las personas y sus comunidades, constituye el entorno idóneo para desarrollar investigación con impacto real. Este modelo convierte la observación clínica en evidencia científica y la evidencia en estrategias preventivas y herramientas asistenciales, reforzando el papel investigador de la Medicina de Familia.

3.2. Líneas estratégicas de actuación

RENACE desarrolla un programa de trabajo estructurado en varias líneas complementarias, todas ellas orientadas a responder a una misma pregunta: **¿cómo trasladar el conocimiento sobre la longevidad saludable al beneficio de toda la población?**

- **Investigación sobre longevidad excepcional:** El proyecto impulsa estudios multicéntricos dirigidos a caracterizar de forma integral a las personas centenarias y a aquellas que presentan

trayectorias de envejecimiento especialmente saludables. El análisis conjunto de variables clínicas, funcionales, cognitivas, sociales, ambientales y de estilos de vida permitirá identificar factores protectores asociados a una mayor capacidad funcional y calidad de vida, generando conocimiento aplicable desde las primeras etapas del envejecimiento.

- **Evaluación integral del envejecimiento saludable:** RENACE incorpora una valoración multidimensional de la persona, integrando aspectos como la funcionalidad, la fragilidad, la cognición, la comorbilidad, la capacidad física y los determinantes sociales de la salud. Este enfoque favorece una visión mucho más completa del proceso de envejecimiento y facilita el desarrollo de estrategias de prevención y detección precoz adaptadas a la realidad de la AP.
- **Biomarcadores e innovación clínica:** El proyecto promueve la incorporación progresiva de biomarcadores y nuevas herramientas de evaluación que permitan avanzar hacia una medicina más predictiva y personalizada, siempre desde criterios de utilidad clínica y aplicabilidad en el Sistema Nacional de Salud. El objetivo no es incorporar tecnología por sí misma, sino mejorar la capacidad de anticipación y prevención del deterioro funcional.
- **Formación y transferencia del conocimiento:** Uno de los pilares de RENACE es asegurar que el conocimiento generado revierta en la práctica clínica. Para ello desarrolla actividades de formación dirigidas a profesionales sanitarios, impulsa la elaboración de recomendaciones basadas en la evidencia y promueve acciones de divulgación dirigidas a la ciudadanía para fomentar hábitos de vida saludables y contribuir a combatir el edadismo desde una perspectiva científica.
- **Un ecosistema colaborativo:** RENACE integra AP, hospitales, universidades, centros de investigación y administraciones públicas en una red colaborativa donde la Medicina de Familia aporta su principal valor diferencial: el conocimiento longitudinal de las personas y sus comunidades. Esta colaboración facilita la transferencia del conocimiento a la práctica clínica y fortalece la capacidad innovadora del Sistema Nacional de Salud con un verdadero trabajo colaborativo entre especialidades y disciplinas, donde todas pueden participar y aportan valor.

3.3. REGACE: un modelo escalable de investigación

El Registro de Centenarios de Galicia (REGACE) es uno de los proyectos estratégicos derivados de RENACE y un ejemplo del potencial de la AP para liderar investigación de alto valor. **Incluido en la historia clínica electrónica de toda la Comunidad Autónoma**, más que un registro, constituye un modelo de caracterización clínica y funcional de personas con longevidad excepcional, diseñado para ser escalable y replicable en otros territorios. REGACE demuestra que la información generada desde la AP puede convertirse en un recurso estratégico para la investigación, la planificación sanitaria y el diseño de políticas públicas.

4. Impacto multidimensional: generar valor desde la Atención Primaria

4.1. Una estrategia con impacto sobre las personas y el sistema

RENACE demuestra que invertir en longevidad saludable genera valor en múltiples niveles. Al promover un envejecimiento más saludable desde la AP, mejora la calidad de vida de las personas, fortalece la capacidad de respuesta del Sistema Nacional de Salud y contribuye a afrontar con mayor eficiencia los retos demográficos de las próximas décadas.

4.2. Impacto en los principales grupos de interés

- **Personas.** Favorece un envejecimiento más saludable, preservando la autonomía, retrasando la aparición de la fragilidad y la dependencia, y promoviendo una mayor calidad de vida.
- **Profesionales.** Refuerza el liderazgo científico de la Medicina de Familia, incorporando nuevas herramientas, competencias investigadoras y estrategias preventivas basadas en la evidencia.
- **Sistema Nacional de Salud.** Contribuye a la sostenibilidad del sistema mediante la prevención, la detección precoz de la fragilidad y la generación de conocimiento útil para la planificación sanitaria.

- **Sociedad.** Impulsa una nueva cultura del envejecimiento saludable, combatiendo el edadismo y poniendo en valor la longevidad como una oportunidad para las personas y la comunidad.

4.3. La prevención como la mayor innovación sanitaria

En una sociedad cada vez más longeva, prevenir la pérdida de salud y funcionalidad constituye una de las estrategias más eficaces para mejorar los resultados en salud y garantizar la sostenibilidad del sistema sanitario. RENACE apuesta por una prevención basada en la evidencia, centrada en identificar y potenciar los factores que permiten vivir más años con mejor salud.

4.4. Un compromiso con el futuro

La verdadera medida del éxito sanitario no es únicamente vivir más años, sino vivirlos con salud, autonomía, funcionalidad y calidad de vida. Ese es el compromiso que guía esta iniciativa y el valor que la AP puede aportar al futuro de nuestro sistema sanitario.

5. Del conocimiento a la práctica: una hoja de ruta para transformar la Atención Primaria

5.1. Transferir el conocimiento para generar impacto

La investigación solo adquiere su verdadero valor cuando mejora la práctica clínica. Por ello, RENACE incorpora desde su diseño una estrategia de transferencia que garantiza que los hallazgos científicos puedan convertirse en herramientas útiles para los profesionales y beneficios tangibles para la población. RENACE aspira a integrar la medicina de la longevidad en la práctica cotidiana de la AP y de todas las especialidades y disciplinas, para que toda la población pueda beneficiarse de una atención orientada a vivir más años con mejor salud.

5.2. Líneas de actuación

- **Práctica clínica:** desarrollo de recomendaciones y herramientas para incorporar la medicina de la longevidad a la AP.
- **Formación:** capacitación de los profesionales en evaluación funcional, fragilidad y envejecimiento saludable.
- **Divulgación:** promoción de hábitos saludables y sensibilización de la ciudadanía sobre la importancia de la longevidad saludable.

5.3. Resultados esperados

- Incorporación progresiva de herramientas de valoración funcional y fragilidad en la práctica clínica.
- Consolidación de redes estables de colaboración entre AP, universidades y centros de investigación.
- Impulso de proyectos de investigación competitivos liderados desde la Medicina de Familia y orientados a la mejora de la salud poblacional.

6. Conclusión: un compromiso con el futuro

Una nueva mirada sobre la longevidad, porque investigar la longevidad saludable es investigar el futuro de nuestro sistema sanitario. RENACE sitúa a la AP en el centro de este desafío, impulsando un modelo basado en la prevención, la evidencia científica y la atención centrada en la persona.

RENACE refleja el compromiso de la SEMG con una AP que cuida, investiga e innova para que más personas vivan más años con mejor salud.

- Creemos que la AP es el mejor escenario para promover la longevidad saludable.
- Creemos que comprender cómo envejecen mejor las personas permitirá mejorar la salud de toda la población.
- Creemos en una medicina preventiva, humana y basada en la evidencia.
- Creemos en la investigación como motor de innovación y transformación del Sistema Nacional de Salud.
- Creemos que el conocimiento solo adquiere valor cuando mejora la vida de las personas.

RENACE: Descifrando el Éxito de los Centenarios para la Salud del Futuro

Comunicar cómo el estudio de las personas centenarias (especialmente en el ecosistema de Galicia) permite entender la resiliencia biológica para mejorar la calidad de vida de toda la población.

El Fenómeno de la Longevidad en Cifras



El "Polígono de Alta Longevidad Gallega" (ALG)

Lugo y Ourense concentran una de las mayores densidades de centenarios de la Unión Europea

Perfil del Éxito:

102 años y Autónomos

62,7% valora su salud como buena



y mantiene un estado funcional y cognitivo preservado



>2.000

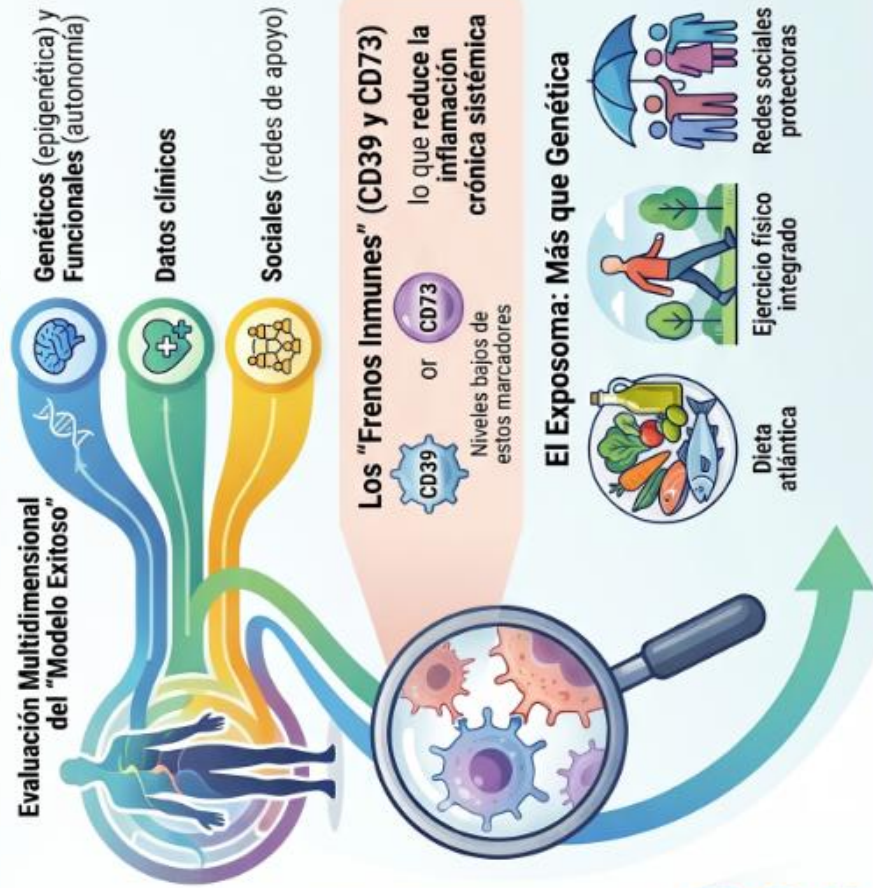
Centenarios viven en Galicia

Una Revolución Silenciosa de

+20.000 Centenarios

España es un referente mundial

Los Secretos de la Resiliencia Biológica



Nuevo Paradigma (RENACE)

