

## Lanjarón, un guiño a la fuente de la eterna juventud



### Revista

La Organización Mundial de la Salud (OMS) emitió un informe en el que colocó a Lanjarón como uno de los enclaves con más longevidad del planeta

Un informe de la Organización Mundial de la Salud destacó a Lanjarón (Granada) como uno de los municipios del planeta con mayor esperanza de vida, y sea por su clima, la altitud o las propiedades de su agua, este pueblo alpujarreño presume de longevidad con uno de cada cuatro vecinos con más de 80 años.

Lanjarón no alberga la fuente de la eterna juventud, pero las varias docenas de caños de agua que ofrecen salida a sus manantiales por cada rincón del pueblo ofrecen parte del secreto de la legendaria historia a tenor de los cerca de 900 vecinos con más de 80 años que viven en el municipio.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) emitió un informe en el que colocó a Lanjarón como uno de los enclaves con más longevidad del planeta, una consideración que convirtió a sus vecinos en el objetivo de campañas publicitarias y que atrajo a este pueblo alpujarreño a curiosos japoneses dispuestos a 'plagiar' la fórmula mágica de sus vecinos.

El alcalde de Lanjarón, Eric Escobedo, ha explicado que el 25 % de sus vecinos supera los ochenta años con una "excelente" calidad de vida y "con muchos vecinos que llegan a cumplir los 100, los 105, con una salud de hierro".

El municipio está enclavado en Sierra Nevada, a una altitud de 700 metros, un clima con picos de frío y el benevolente calor que llega de la Costa granadina y aferrado a la dieta mediterránea y los cultivos tradicionales.

"No sé si es el agua, el clima o las fuentes termales, pero aquí se vive mucho y bien. No seremos el pueblo con el abuelo del mundo, con el vecino que vive más, pero sí tenemos muchos, una amplia mayoría, que vive cerca de cien años", ha destacado Escobedo tranquilo porque "hasta que cumpla los cien años, tengo tiempo para hacer muchas cosas".

El informe de la OMS se tradujo en un autobús en la plaza del pueblo dispuesto a recoger a vecinos longevos para convertirlos en las estrellas de un anuncio publicitario sobre los beneficios del agua de un municipio que centra parte de su gestión municipal en los mayores, que tienen autobús gratis, servicios de comida o hasta 'manitas' a domicilio para hacer las chapuzas de sus ancianos.

El Ayuntamiento ha destacado la calidad de su agua, con un balneario con propiedades mineromedicinal, y la calidad de sus manantiales procedentes de Sierra Nevada que además de calmar la sed de sus vecinos, riega sus cultivos con porciones de salud.

La catedrática en Psicogerontología de la Universidad de Granada y directora de un gabinete de calidad de vida, Ramona Rubio, ha explicado a Efe que las claves para lograr la longevidad residen en una alimentación adecuada, actividad física y un pensamiento activo, unos hábitos que siguen a diario los vecinos de Lanjarón.

"Aquí se come bien, se camina, se afronta la vida con alegría. Los mayores tienen sus sesiones de baile semanales, su gimnasia, clases de gerontología y aire limpio, de ahí debe venir la amplia

esperanza de vida", ha apuntado el alcalde alpujarreño.

La vida en Lanjarón no es eterna, pero su fama de paraíso sanitario goza de buena salud y sus piropos no se hacen viejos.

Efeagro