

**LANZAROTE, LABORATORIO VIVO:  
DONDE LA NATURALEZA Y LA CIENCIA  
ESCRIBEN NUESTRA SALUD**

Discurso leído en el acto de su recepción como  
*Académica Correspondiente en Asturias* por

**Dra. Dña. Elisabeth Arrojo Álvarez**

el día 30 de octubre de 2025



**LANZAROTE, LABORATORIO VIVO:  
DONDE LA NATURALEZA Y LA  
CIENCIA ESCRIBEN NUESTRA SALUD**



# **LANZAROTE, LABORATORIO VIVO: DONDE LA NATURALEZA Y LA CIENCIA ESCRIBEN NUESTRA SALUD**

Discurso leído en el acto de su recepción como  
*Académica Correspondiente en Asturias* por  
Dra. Dña. **Elisabeth Arrojo Álvarez**  
el día 30 de octubre de 2025

**Sala de Piedra del Rectorado de la Universidad de  
Las Palmas de Gran Canaria**



Excmo. Sr. Presidente de la Academia de Ciencias, Ingenierías y Humanidades de Lanzarote.

Excmo. Sr. Presidente de la Real Academia Europea de Doctores

Excmos. Sres. Académicos

Autoridades, compañeros, amigos y distinguidos asistentes.

Es para mí un honor profundo recibir el nombramiento como Académica Correspondiente de la Academia de Ciencias, Ingenierías y Humanidades de Lanzarote, una institución que simboliza la unión entre el conocimiento, la creatividad y el compromiso con el progreso humano.

Permítanme comenzar expresando mi más profundo agradecimiento por el honor que hoy se me concede al incorporarme a esta distinguida Academia y permitirme contribuir a su misión de integrar la ciencia, la técnica y las humanidades como pilares inseparables del desarrollo. Es difícil traducir en palabras lo que significa estar aquí: una mezcla de responsabilidad, gratitud y, sobre todo, un profundo respeto hacia esta institución, que ha sabido custodiar y proyectar la esencia misma del conocimiento, la investigación y la cultura.

Agradezco con emoción especialmente a un gran referente, el Excmo. Dr. D. Alfredo Rocafort, y por supuesto al Excmo. Dr. D. Francisco González de Posada, fuente ilimitada de

conocimiento, por su generosidad al mostrarme el camino de esta nueva etapa tan importante que hoy comienza para mí, su ejemplo y su visión comprometida con el bienestar y con la evolución de nuestra conciencia colectiva.

Extiendo también mi gratitud:

A mis padres, José Luis y Ana, por haberme dado el mejor alimento para un futuro prometedor: una educación sin complejos, sin límites y sin precio.

A mi hermano José Luis, y a su maravillosa familia -que también es la mía-, por remar siempre a mi lado, incluso a contracorriente, sin saber si al otro lado existía realmente una orilla.

A mi compañero de vida, Efrén, por la valentía de detenerse en medio de la más cruda tempestad para tomar mi mano, sin que le temblara nunca el pulso.

Y a mis tres hijos, Mateo, Martín y Julia, por ser mi fuerza y mi anclaje a la vida; por ser, quizá, el mayor y más hermoso desafío que ella me ha dado: educar a tres seres maravillosos permitiendo que toda su luz brille, procurando no apagarla en el proceso y utilizándola como fuente de energía que ilumina y amplía mi camino.

Recibo esta distinción con humildad y con el compromiso de seguir trabajando por una medicina más humana, más consciente y más integradora, donde la salud no sea entendida únicamente como la ausencia de enfermedad, sino como la expresión del equilibrio entre cuerpo, mente, entorno y espíritu

Cuando acepté la invitación para compartir este discurso, supe que quería dedicar estas palabras a una reflexión sobre el vínculo sagrado entre la naturaleza, la salud y la vida misma. A lo largo de mi trayectoria médica y científica, he aprendido que la



verdadera medicina no se limita a tratar enfermedades, sino que reside, ante todo, en comprender al ser humano como parte inseparable del entorno que lo acoge. Nuestro cuerpo, nuestros ritmos biológicos, nuestra longevidad... todo responde a una sutil danza con la tierra, con el agua, con la luz, con los alimentos que ella nos regala y con la forma en que elegimos habitarlos.

Y es por esto que las Islas Canarias, un rincón singular y diverso en el mundo, se convierte en mucho más que el escenario de nuestra reunión. Lanzarote, en concreto, es metáfora y es símbolo. Es el testimonio vivo de cómo la vida sabe abrirse paso entre las cicatrices de la tierra; cómo del fuego, de la lava y del viento puede nacer la belleza, la abundancia y la resiliencia. Sus volcanes silenciosos nos hablan de paciencia; sus paisajes modelados por el tiempo nos recuerdan que nada permanece inmutable, y que, como la propia naturaleza, la salud requiere equilibrio, armonía y respeto.

Decía **César Manrique**, alma creadora de esta isla, que *“la naturaleza no necesita del hombre, es el hombre quien necesita de la naturaleza”*. Hoy, esa sentencia adquiere una dimensión aún más urgente. Nos enfrentamos a una paradoja inquietante: nunca como ahora hemos dispuesto de tantos avances científicos, y sin embargo, nunca hemos estado tan lejos de nuestro origen, de nuestra esencia y de los ritmos que nos sostienen. Hemos domesticado tecnologías que curan, pero hemos descuidado las raíces que previenen; hemos conquistado el espacio, pero hemos olvidado escuchar la tierra que pisamos.

Si hay algo que la evidencia científica nos ha mostrado en las últimas décadas es que los secretos de la longevidad y la buena salud no residen únicamente en los tratamientos sofisticados, sino en los hábitos cotidianos. Las llamadas *zonas azules* -aquellos lugares donde las personas superan los cien años con calidad de

vida excepcional- nos enseñan una lección tan simple como poderosa: comer de la tierra, moverse en sintonía con ella, vivir en comunidad, dar sentido a la existencia y mantener la serenidad del espíritu. Y lo fascinante es que esos principios se entrelazan con los recursos naturales de cada territorio, con la biodiversidad que los nutre y con la sabiduría ancestral que ha sabido aprovecharlos.

Por eso, en este día tan significativo, quiero invitarles a recorrer conmigo un viaje que conectará tres dimensiones inseparables:

- La riqueza natural de España y de estas islas, que nos regalan recursos extraordinarios para preservar la vida.
- La medicina tradicional y la sabiduría ancestral, que durante siglos nos han enseñado a mirar la naturaleza como aliada.
- Y la ciencia contemporánea, que nos permite comprender, validar y expandir esos conocimientos con rigor y evidencia.

Ese será el hilo conductor de mi intervención: tender puentes entre pasado y futuro, entre tradición y vanguardia, entre naturaleza y tecnología. Porque estoy convencida de que la medicina del mañana no se construirá únicamente en los laboratorios, sino también en los bosques, en los volcanes, en las aguas y en la manera en que decidamos vivir.

Hoy, al recibir este nombramiento, hago mío un compromiso: defender la ciencia con espíritu humanista, proteger el conocimiento que nos devuelve a nuestras raíces y trabajar por una medicina que no solo cure, sino que enseñe a no enfermar. Como dijo Ramón y Cajal: “todo hombre puede ser, si se lo propone, escultor de su propio cerebro”, y yo añadiría que también puede ser artífice de su propia salud cuando comprende que cuerpo, mente y naturaleza forman un todo indivisible.

España es un país privilegiado. Situada en un cruce de caminos entre mares y continentes, cobijada por climas diversos y paisajes infinitos, posee una riqueza natural que nos convierte en herederos de uno de los patrimonios biológicos más valiosos de Europa. Desde las nieves perpetuas de Sierra Nevada hasta las marismas del Guadalquivir, desde las montañas que se alzan a las orillas del cantábrico en la tierra que me vio nacer, hasta las llanuras de La Mancha, nuestro territorio es un mosaico de vida donde la naturaleza nos ofrece no solo belleza, sino también salud, bienestar y conocimiento.

No es casualidad que España sea considerada una de las regiones más biodiversas del continente, con más de 85.000 especies entre flora y fauna, muchas de ellas endémicas, imposibles de encontrar en ningún otro lugar del planeta. Cada planta, cada alga, cada mineral encierra un potencial extraordinario para la investigación científica y la prevención de enfermedades. La naturaleza, si sabemos escucharla, nos ofrece respuestas antes incluso de que formulemos las preguntas.

Y, sin embargo, hay un lugar donde esta riqueza alcanza una singularidad excepcional: las Islas Canarias. Un archipiélago que, aislado en medio del Atlántico, ha desarrollado ecosistemas únicos, modelados durante millones de años por el fuego volcánico, los vientos alisios y la fuerza del océano. Aquí, las especies vegetales y marinas se han adaptado a condiciones extremas, generando compuestos bioactivos de un valor incalculable para la ciencia y la salud.

Las Islas Canarias han sido, desde tiempos ancestrales, fuente de vida, conocimiento y sanación. Los antiguos guanches ya empleaban plantas medicinales, arcillas, sales y algas para curar heridas, aliviar dolores y tratar enfermedades. Hoy, la ciencia confirma lo que la tradición supo intuir: muchos de esos recursos

naturales -como el aloe vera canario, las algas atlánticas, la sal marina volcánica o la uva volcánica de Lanzarote- poseen propiedades antioxidantes, antiinflamatorias y regenerativas con potencial preventivo y terapéutico.

El aloe vera que crece en los suelos volcánicos de Lanzarote y Fuerteventura es considerado uno de los más potentes del mundo, con una concentración excepcional de aloína y polisacáridos que lo convierten en un aliado para el sistema inmunitario, la cicatrización y la salud cutánea. Las algas marinas, ricas en fucoidanos y compuestos bioactivos de interés en la investigación oncológica y cardiovascular, representan otro de los tesoros de estas aguas. Y las uvas cultivadas sobre suelos áridos y negros de Lanzarote, nutridas por la ceniza volcánica, concentran polifenoles con efectos protectores sobre la salud metabólica y cardiovascular.

No es casualidad que, según los últimos datos, Canarias presente una menor incidencia de cáncer que la media nacional. Esta diferencia, refleja un entorno con condiciones singulares de protección y bienestar que la ciencia aún está comenzando a explorar. Sin embargo, este privilegio conlleva una gran responsabilidad: aprender a cuidar lo que nos cuida.

Lanzarote, declarada Reserva de la Biosfera por la UNESCO en 1993, es un ejemplo fascinante de cómo el ser humano puede convivir con su entorno sin destruirlo. La isla es un espacio donde la geología volcánica, la biodiversidad y la cultura han tejido una simbiosis única. Aquí, la naturaleza no es solo paisaje: es identidad, es sustento, es refugio.

Recordando nuevamente ese legado de César Manrique: “la naturaleza no necesita del hombre; es el hombre quien necesita de la naturaleza”, este pensamiento adquiere una vigencia extraordinaria en el contexto actual: cuidar del entorno no es un

lujo, es una urgencia sanitaria. Sobre suelos que parecían estériles se han creado viñedos, cultivos, formas de vida sostenibles y un modelo de integración entre humanidad y territorio que resulta inspirador para el mundo entero.

Me gustaría destacar en este discurso, otro dato que considero muy relevante. Paradójicamente, mientras que Canarias goza de menores tasas de cáncer y enfermedades cardiovasculares que otras regiones de España, los estudios recientes señalan una prevalencia creciente de trastornos de ansiedad, estrés y depresión, particularmente en islas dependientes del turismo como Lanzarote y Gran Canaria. Este fenómeno nos recuerda que no basta con heredar un entorno saludable: es necesario aprender a vivirlo conscientemente.

En un mundo dominado por la inmediatez, el ruido y la sobrecarga de información, los habitantes de estas maravillosas islas, poseen un privilegio inmenso: la posibilidad de habitar un entorno natural de serenidad, belleza y equilibrio. Aquí, donde el mar respira libertad, el aire es limpio y el silencio de los volcanes invita a la contemplación, el territorio se convierte en un terapeuta silencioso capaz de ayudarnos a gestionar el estrés, recuperar la calma y mejorar nuestra salud emocional.

Este potencial conecta con las enseñanzas de las zonas azules, aquellas regiones del planeta donde la longevidad es excepcional, como Okinawa en Japón, Nicoya en Costa Rica o Icaria en Grecia. Los estudios sobre estas zonas nos revelan que su secreto no reside en la genética, sino en estilos de vida profundamente vinculados a la tierra, la alimentación local, la actividad física natural, la conexión comunitaria y el sentido de propósito.

Lanzarote posee todos los ingredientes para convertirse en una zona azul del Atlántico:

- Alimentos autóctonos con propiedades protectoras pescado azul, las ya nombradas uvas volcánicas, las algas y aloe vera-.
- Un entorno natural privilegiado, perfecto para cultivar la serenidad, el contacto con la naturaleza y la introspección.
- Un clima amable que favorece la vida activa al aire libre y el descanso reparador.
- Una tradición comunitaria que, bien fortalecida, puede convertirse en un pilar del bienestar emocional y la cohesión social.

El reto es reaprender a vivir en sintonía con el entorno: caminarlo, respirarlo, nutrirse de él y dejarse sanar por su silencio. La ciencia confirma que el contacto con la naturaleza regula el sistema nervioso, reduce los niveles de cortisol, fortalece la función inmunitaria y equilibra neurotransmisores como la serotonina y la dopamina. En otras palabras, el paisaje que habitamos puede ser también un medicamento.

El futuro de la salud en Canarias pasa por integrar el conocimiento científico, la sabiduría ancestral y el respeto profundo por el entorno. Lanzarote puede convertirse en un laboratorio vivo de longevidad, bienestar y prevención, un modelo para el resto del mundo sobre cómo unir ciencia, naturaleza y hábitos de vida.

Porque preservar nuestra biodiversidad no es solo un acto ecológico: es una inversión en salud pública y en calidad de vida. Lanzarote, con su singularidad geográfica, cultural y humana, tiene el potencial de ser un motor de conocimiento que inspire a otras

regiones a redescubrir en la naturaleza la mejor medicina: la que enseña a no enfermar.

A lo largo de la historia, antes de que existieran los hospitales, las resonancias magnéticas y los laboratorios, la medicina nació del silencio de los bosques, del rumor de los ríos y de la observación paciente de la naturaleza. Durante milenios, la humanidad aprendió a reconocer en las plantas, los minerales, las aguas y los alimentos sus primeros aliados frente a la enfermedad. Esa sabiduría, transmitida de generación en generación, constituye un legado que hoy la ciencia contemporánea redescubre y valida con rigor.

El término “medicina tradicional” no alude a supersticiones ni prácticas arcaicas; habla de un conocimiento acumulado que surge de la experiencia colectiva, donde cada remedio nace del diálogo íntimo entre el ser humano y su entorno. No es casual que la Organización Mundial de la Salud haya reconocido oficialmente la importancia de la medicina tradicional en sus programas estratégicos, subrayando que más del **60%** de la población mundial aún recurre a estos recursos como base principal de su salud.

Las Islas Canarias poseen un patrimonio terapéutico excepcional, fruto de su biodiversidad única y de la capacidad de sus antiguos pobladores para adaptarse y encontrar soluciones en un territorio de contrastes extremos. Los guanches, habitantes originarios del archipiélago, conocían el valor medicinal de plantas, sales y arcillas mucho antes de que existiera evidencia científica que las avalara. Además de aprovechar las grandes ventajas, algunas de las cuales ya he relatado, del Aloe vera canario, conocido por ellos como “la planta de la eternidad”, o las sales marinas volcánicas y las algas atlánticas antioxidantes e inmunomoduladoras que despiertan un enorme interés en la investigación oncológica actual, aprovechaban la riqueza natural

del país para llevar una dieta rica en Gofio y pescado azul, ricos en ácidos grasos omega-3, fibras y antioxidantes naturales, claves para la prevención de enfermedades cardiovasculares y metabólicas.

Este conocimiento ancestral no solo reflejaba una comprensión intuitiva de la naturaleza, sino que respondía a una visión integral de la salud: el cuerpo, la mente y el entorno formaban un todo indivisible.

Hoy, gracias a los avances en biología molecular, epigenética y farmacología, sabemos que muchos de estos remedios tradicionales poseen una base científica sólida. La investigación contemporánea ha identificado cientos de compuestos bioactivos en plantas y alimentos autóctonos que modulan la inflamación, potencian la función inmunitaria y protegen frente a procesos degenerativos y tumorales.

Por ejemplo:

- Los polifenoles presentes en la uva volcánica de Lanzarote han demostrado efectos antioxidantes y cardioprotectores de gran relevancia en la prevención de enfermedades crónicas.
- Los polisacáridos del aloe vera no solo favorecen la regeneración cutánea, sino que también estimulan la actividad de macrófagos y linfocitos, potenciando la inmunidad innata.
- Las algas marinas atlánticas contienen moléculas que modulan las vías de señalización celular implicadas en la apoptosis tumoral, un campo prometedor para la oncología preventiva.

Lejos de oponerse, la tradición y la ciencia convergen en un punto esencial: la naturaleza nos ofrece una farmacia viva que, bien estudiada y utilizada, puede complementar y enriquecer la medicina contemporánea.



El modelo sanitario actual, centrado en el tratamiento de la enfermedad, debe avanzar hacia un paradigma preventivo, personalizado y ecológico. Esto implica reintegrar la sabiduría ancestral y aprovechar de forma sostenible los recursos naturales, sin caer en prácticas sin evidencia ni en un consumo irresponsable de la biodiversidad.

Canarias, y muy especialmente Lanzarote, tienen el potencial de

- Integrando el conocimiento tradicional con la investigación científica para validar y optimizar los recursos autóctonos.
- Diseñando programas de prevención y bienestar que incluyan alimentación saludable, ejercicio moderado, técnicas de gestión emocional y contacto consciente con la naturaleza.
- Promoviendo la colaboración entre instituciones académicas, sanitarias y locales para proteger la biodiversidad y potenciar su aplicación terapéutica.

Este enfoque conecta con un concepto que cada vez gana más relevancia: el de la medicina de estilo de vida, basada en la evidencia científica de que entre el 40% y el 80% de los cánceres y las enfermedades cardiovasculares podrían prevenirse mediante hábitos saludables. La alimentación, el sueño, la actividad física, la gestión del estrés y el entorno emocional se convierten en auténticas herramientas terapéuticas, y las islas canarias, ofrecen un escenario idóneo para aplicarlas.

Imaginemos por un momento el potencial de esta isla: un laboratorio vivo donde científicos, médicos, nutricionistas, biólogos marinos y expertos en bienestar colaboren para estudiar, preservar y aprovechar los tesoros naturales de la región,

combinando la sabiduría ancestral con las tecnologías más avanzadas.

Aquí, donde la geología volcánica guarda secretos milenarios, donde el océano respira compuestos bioactivos únicos y donde la cultura ha sabido convivir con la naturaleza sin agotarla, Lanzarote puede convertirse en un faro para el mundo:

- Un modelo de salud preventiva basado en recursos locales.
- Un referente en investigación biomédica y longevidad.
- Un espacio donde la ciencia, la tradición y la sostenibilidad convivan para enseñar a las personas no solo a vivir más, sino a vivir mejor.

Porque, como decía Hipócrates, considerado el padre de la medicina:

“Que tu alimento sea tu medicina y que tu medicina sea tu alimento”.

Hoy, casi 2.500 años después, la ciencia nos confirma lo que la tradición ya sabía: el futuro de la salud pasa por volver a nuestras raíces, comprender la naturaleza, aprender de ella y permitir que vuelva a cuidarnos.

En los últimos años, la ciencia ha comenzado a mirar hacia ciertos lugares del mundo donde las personas viven más, viven mejor y lo hacen con una calidad de vida excepcional. Hacia las ya mencionadas zonas azules (Blue Zones), identificadas por el investigador Dan Buettner y un equipo de la National Geographic Society, que estudiaron comunidades donde la longevidad se combina con niveles sorprendentes de bienestar físico, emocional y social.

Estos territorios -Okinawa en Japón, Nicoya en Costa Rica, Icaria en Grecia, Cerdeña en Italia y Loma Linda en California-

tienen poco en común a simple vista. Diferentes culturas, religiones, lenguas y tradiciones... Y, sin embargo, comparten cinco pilares esenciales que la ciencia ha demostrado como determinantes de una vida larga y saludable.

Los estudios epidemiológicos y genómicos realizados en estas comunidades han identificado factores comunes que explican su longevidad excepcional:

#### 1. Alimentación natural y basada en productos locales

- Dietas ricas en vegetales frescos, legumbres, cereales integrales, frutos secos y alimentos autóctonos.
- Consumo moderado de proteína animal, priorizando el pescado azul en comunidades costeras.
- Uso frecuente de antioxidantes naturales y compuestos bioactivos presentes en alimentos locales.

#### 2. Actividad física integrada en la vida diaria

- No practican ejercicio programado, sino que el movimiento está incorporado a su rutina: caminar, cultivar, cocinar, cuidar del entorno.
- Esta actividad constante pero moderada protege la salud cardiovascular, mantiene la masa muscular y mejora el metabolismo.

#### 3. Conexión social y sentido de comunidad

- Las redes familiares y comunitarias son sólidas. En estas regiones, nadie enfrenta la vida en soledad.
- La pertenencia a grupos y el apoyo mutuo se asocian con menor incidencia de depresión, mejor regulación del estrés y mayor resiliencia emocional.

#### 4. Gestión emocional y serenidad

- Practican rituales diarios de descanso, contemplación, oración o meditación.
- La evidencia científica muestra que estas prácticas reducen la inflamación, equilibran neurotransmisores como serotonina y dopamina, y disminuyen los niveles de cortisol.

## 5. Sentido de propósito y conexión con la naturaleza

- Tienen una clara percepción de “para qué” viven: familia, comunidad, trabajo, tradiciones.
- El contacto frecuente con entornos naturales contribuye a un mejor estado anímico, regula el sistema inmune y potencia la creatividad.

Los estudios epidemiológicos recientes no sólo muestran que Canarias presenta una menor incidencia de cáncer que la media nacional sino que también muestran, una mortalidad global más baja, especialmente en Lanzarote, gracias a su población más joven, su clima privilegiado y una dieta tradicional rica en productos autóctonos. Sin embargo, la ciencia también nos advierte de un desafío: la prevalencia creciente de ansiedad, estrés y depresión en el archipiélago, especialmente en las islas más turísticas, donde el ritmo de vida moderno amenaza con diluir los beneficios de un entorno naturalmente protector.

Y es precisamente aquí donde surge una oportunidad única: convertir la propia riqueza natural de Lanzarote y Canarias en un factor activo de prevención y bienestar, del mismo modo que lo han hecho las zonas azules más estudiadas.

Canarias reúne muchos de los elementos presentes en estas regiones de longevidad:

- Alimentos funcionales y autóctonos con propiedades antioxidantes y antiinflamatorias: pescado azul, gofio, uvas volcánicas, algas, aloe vera.
- Clima templado y constante, que favorece la actividad física al aire libre durante todo el año.
- Entornos naturales de serenidad, con paisajes volcánicos únicos, playas abiertas al Atlántico y espacios de silencio y contemplación.
- Tradición comunitaria y cultural que, fortalecida, puede convertirse en un eje de apoyo emocional y cohesión social.

Si sabemos aprovechar estos recursos y fomentar hábitos de vida saludables, Canarias podría convertirse en un referente internacional de prevención, longevidad y bienestar integral.

La investigación más reciente en epigenética confirma lo que la tradición intuía desde hace siglos: no somos prisioneros de nuestros genes. Aunque heredamos una base genética, los hábitos de vida y el entorno natural pueden “activar” o “silenciar” genes relacionados con la inflamación, el envejecimiento y el cáncer.

Esto significa que:

- Una dieta rica en compuestos bioactivos -como los presentes en las uvas volcánicas o las algas atlánticas- puede modular procesos inflamatorios y oxidativos.
- La actividad física regular mejora la expresión de genes implicados en la longevidad y la reparación celular.
- La gestión del estrés y el contacto con la naturaleza regulan la producción de cortisol, equilibran neurotransmisores y favorecen un sistema inmune más eficaz.

En otras palabras, nuestro estilo de vida puede moldear nuestra biología. Canarias y Lanzarote poseen todos los

ingredientes naturales y culturales para convertirse en un laboratorio vivo donde estudiar y aplicar este conocimiento.

Imaginemos por un instante el potencial transformador de esta isla. Si combinamos investigación científica, recursos naturales autóctonos y educación en hábitos de vida saludables, Lanzarote podría convertirse en un epicentro de referencia mundial sobre longevidad y prevención.

- Programas comunitarios que fomenten alimentación saludable, actividad física, gestión emocional y meditación.
- Centros de investigación multidisciplinar para estudiar el impacto del entorno volcánico, los alimentos autóctonos y los estilos de vida en la salud y la epigenética.
- Colaboraciones internacionales que posicionen a Canarias como un ejemplo de integración entre ciencia, naturaleza y bienestar humano.

Porque, al final, longevidad no es solo vivir más años, sino vivirlos con plenitud, salud y propósito. Lanzarote, con su luz, su silencio y su biodiversidad única, tiene la posibilidad de convertirse en un modelo de longevidad consciente para el mundo.

La medicina contemporánea nos ha regalado herramientas extraordinarias: tecnologías avanzadas, terapias dirigidas, fármacos personalizados. Y, sin embargo, en medio de este progreso vertiginoso, una verdad sencilla y poderosa se alza con claridad: nuestra salud no depende solo de los tratamientos que recibimos, sino, en gran medida, de los hábitos con los que elegimos vivir.

Numerosos estudios muestran que lo que comemos influye directamente en la inflamación, la inmunidad, la microbiota intestinal y la expresión de nuestros genes. La nutrición no solo alimenta al cuerpo: reprograma la salud celular y modula la epigenética, determinando qué genes se expresan y cuáles

permanecen silenciados. En otras palabras, lo que comemos tiene el poder de encender o apagar la enfermedad

El cuerpo humano está diseñado para moverse. Sin embargo, la modernidad nos ha condenado a la inmovilidad, con consecuencias profundas sobre nuestra salud metabólica, cardiovascular y mental.

La evidencia científica es clara:

- 30 minutos diarios de actividad física moderada reducen hasta un 30% el riesgo de mortalidad global y disminuyen la probabilidad de desarrollar cáncer, diabetes y enfermedad coronaria.
- La actividad física regular estimula la neuroplasticidad, mejora la memoria y aumenta la liberación de neurotransmisores asociados al bienestar, como la dopamina y la serotonina.
- En Canarias, el clima templado y la riqueza natural ofrecen un escenario privilegiado para integrar el movimiento en la vida diaria: caminar por senderos volcánicos, nadar en aguas abiertas o simplemente cultivar los propios alimentos son prácticas con un impacto preventivo incalculable.

Como ocurre en las zonas azules, la clave no está en el ejercicio programado, sino en incorporar el movimiento como parte natural de la vida.

Vivimos en una sociedad hiperconectada y sobreestimulada, donde el estrés crónico se ha convertido en una pandemia silenciosa. En Canarias, y especialmente en Lanzarote, los estudios recientes muestran una prevalencia creciente de ansiedad y depresión, lo que contrasta con las ventajas naturales que ofrece el entorno.

La neurociencia confirma que el estrés prolongado altera la función inmunitaria, incrementa la inflamación sistémica y favorece la aparición de enfermedades cardiovasculares, metabólicas y oncológicas. Sin embargo, también sabemos que la gestión emocional y el contacto con la naturaleza pueden revertir este proceso.

- El contacto con espacios naturales reduce los niveles de cortisol, regula la presión arterial y mejora la variabilidad de la frecuencia cardíaca.
- La práctica de meditación, mindfulness y técnicas de respiración consciente favorece la neuroplasticidad y equilibra neurotransmisores implicados en la calma y la felicidad.
- Los entornos como Lanzarote, con su serenidad volcánica y su biodiversidad intacta, ofrecen un marco incomparable para integrar estrategias de bienestar emocional y autocuidado.

Aquí se encuentra una oportunidad para reaprender a utilizar el entorno como herramienta terapéutica, tal y como hacen las comunidades de longevidad excepcional en las zonas azules.

Durante siglos, el sueño fue considerado un mero descanso pasivo. Hoy sabemos que es un proceso biológico activo, crucial para la reparación celular, la consolidación de la memoria y el equilibrio hormonal.

- Dormir menos de 6 horas por noche aumenta el riesgo de enfermedades cardiovasculares, obesidad, diabetes y deterioro cognitivo.
- El sueño profundo regula genes relacionados con la inflamación y fortalece las defensas inmunitarias.



- El contacto regular con ciclos naturales de luz y oscuridad, como ocurre en entornos de menor contaminación lumínica como Lanzarote, favorece la producción fisiológica de melatonina y la sincronización de los ritmos circadianos.

La buena noticia es que el sueño puede entrenarse, y la naturaleza puede ser nuestra aliada para recuperarlo.

Uno de los avances más revolucionarios de la biomedicina actual es la ya nombrada epigenética: el estudio de cómo nuestros hábitos, emociones y entorno influyen directamente en la expresión de nuestros genes.

Hoy sabemos que:

- La alimentación saludable modula genes relacionados con la inflamación y la longevidad.
- La actividad física regular activa vías moleculares implicadas en la reparación celular.
- La gestión del estrés y el contacto con la naturaleza protegen la integridad del ADN y retrasan el envejecimiento biológico.

Este conocimiento transforma por completo nuestra manera de entender la medicina: no somos prisioneros de nuestra herencia genética; somos coautores de nuestra salud. Lanzarote y las Islas Canarias, con su entorno único y sus recursos naturales, ofrecen un laboratorio excepcional para aplicar este paradigma.

Si combinamos todo lo que sabemos -tradición, evidencia científica y potencial del entorno-, el camino es claro: necesitamos un modelo de medicina preventiva e integrativa que ponga al ser humano en el centro y enseñe a no enfermar antes que a curar.

Canarias y Lanzarote podrían liderar este cambio mediante:

- Programas comunitarios de educación en salud y hábitos de vida.
- Investigación interdisciplinaria sobre compuestos bioactivos, epigenética y longevidad.
- Centros de referencia internacional que unan ciencia, tradición y sostenibilidad, posicionando a las islas como un modelo mundial de bienestar.

La medicina del futuro no solo tratará enfermedades: enseñará a vivir en armonía con nuestro cuerpo, nuestra mente y nuestro entorno.

Vivimos un momento histórico apasionante. Nunca antes la humanidad había contado con tanto conocimiento, tecnología y capacidad para comprender su propia biología. Y, sin embargo, nos enfrentamos a retos sanitarios y sociales sin precedentes: el aumento de las enfermedades crónicas, el impacto del estrés y los hábitos modernos sobre la salud, el envejecimiento poblacional y la desconexión progresiva con la naturaleza que nos sostiene.

Estos desafíos nos obligan a replantear nuestra forma de entender la medicina. La evidencia científica es clara: el modelo exclusivamente reactivo, centrado en curar la enfermedad una vez instaurada, es insuficiente. Necesitamos avanzar hacia una medicina integrativa, personalizada y preventiva, que combine tradición, ciencia e innovación y que nos ayude no solo a tratar, sino a prevenir; no solo a prolongar la vida, sino a vivirla mejor.

La medicina del siglo XXI avanza hacia un modelo de personalización absoluta. Hoy sabemos que no existen tratamientos universales, porque cada persona es única: su genética, su microbiota, sus hábitos de vida, su entorno y sus emociones configuran un perfil biológico irrepetible.

Gracias a los avances en genómica, metabolómica, epigenética y neurociencia, podemos:

- Identificar marcadores biológicos que predican el riesgo de desarrollar enfermedades complejas.
- Diseñar estrategias preventivas personalizadas, adaptando la alimentación, el ejercicio y la gestión emocional a las necesidades individuales.
- Integrar datos ambientales y sociales para comprender el impacto del entorno en la salud.

Y aquí, Canarias -y especialmente Lanzarote- ofrecen un escenario privilegiado para liderar este cambio. Sus recursos naturales, su biodiversidad única y su potencial como entorno de investigación abren la puerta a crear un modelo replicable de prevención y longevidad basado en la integración de ciencia, hábitos de vida y naturaleza.

Lanzarote, con su ecosistema único, su clima amable, su biodiversidad extraordinaria y su filosofía de armonía entre hombre y naturaleza, reúne las condiciones ideales para liderar un modelo de salud global.

La verdadera innovación no consiste solo en desarrollar nuevas tecnologías o tratamientos, sino en no olvidar el origen, la esencia:

- Comprender que la salud empieza mucho antes de enfermar.
- Aceptar que nuestros hábitos moldean nuestra biología.
- Reconocer que cuidar de nuestro entorno es también cuidar de nosotros mismos.

Lanzarote, con su geología volcánica, su biodiversidad excepcional y su cultura resiliente, es el lugar perfecto para liderar un nuevo paradigma de salud global, apoyado por el conocimiento

científico, inspirado en la tradición y reforzado por la cooperación académica.

Hoy, más que nunca, necesitamos ciencia con alma, capaz de unir datos y compasión, evidencia y humanidad, tecnología y naturaleza. Y estoy convencida de que, desde esta comunidad académica y desde esta isla única, podemos inspirar al mundo a vivir más, mejor y con propósito.

Quiero rendir aquí homenaje, desde esta maravillosa isla, hermana de la inigualable Lanzarote, a lo que esta representa: la posibilidad de renacer una y otra vez, incluso cuando todo parece árido.

Así también la medicina debe renacer: de las cenizas del exceso tecnológico hacia una nueva conciencia del ser humano completo; de la prisa hacia la presencia; del tratamiento hacia la prevención; del individualismo hacia la cooperación.

Que esta Academia siga siendo una luz que guíe el camino del conocimiento con humildad y con servicio, y que esta isla -que un día fue lava y hoy es vida- nos recuerde que todo puede transformarse cuando lo miramos con respeto, con ciencia y con amor.

Que la ciencia nunca pierda el alma, ni el alma olvide jamás el valor de la ciencia.

Que sigamos siendo valientes para avanzar contra viento y marea, para cruzar las tempestades que nos conduzcan hacia aguas más serenas.

Que el compromiso con nosotros mismos y con la humanidad, sustentado en los valores, sea siempre nuestro mayor propósito para seguir avanzando por este apasionante sendero que es vivir.

Y que la búsqueda de la seguridad no apague nunca la luz de nuestro talento creador; que el presente sea nuestra única vida, y el futuro, el bello y admirable reflejo que dejemos como huella para el mundo.

Muchas gracias.



## COLECCIÓN: ***DISCURSOS ACADÉMICOS***

Coordinación: **Dominga Trujillo Jacinto del Castillo**

1. *La Academia de Ciencias e Ingenierías de Lanzarote en el contexto histórico del movimiento académico.* (Académico de Número). **Francisco González de Posada**. 20 de mayo de 2003. Excmo. Ayuntamiento de Arrecife.
2. *D. Blas Cabrera Topham y sus hijos.* (Académico de Número). **José E. Cabrera Ramírez**. 21 de mayo de 2003. Excmo. Ayuntamiento de Arrecife.
3. *Buscando la materia oscura del Universo en forma de partículas elementales débiles.* (Académico de Honor). **Blas Cabrera Navarro**. 7 de julio de 2003. Amigos de la Cultura Científica.
4. *El sistema de posicionamiento global (GPS): en torno a la Navegación.* (Académico de Número). **Abelardo Bethencourt Fernández**. 16 de julio de 2003. Amigos de la Cultura Científica.
5. *Cálculos y conceptos en la historia del hormigón armado.* (Académico de Honor). **José Calavera Ruiz**. 18 de julio de 2003. INTEMAC.
6. *Un modelo para la delimitación teórica, estructuración histórica y organización docente de las disciplinas científicas: el caso de la matemática.* (Académico de Número). **Francisco A. González Redondo**. 23 de julio de 2003. Excmo. Ayuntamiento de Arrecife.
7. *Sistemas de información centrados en red.* (Académico de Número). **Silvano Corujo Rodríguez**. 24 de julio de 2003. Ayuntamiento de San Bartolomé.
8. *El exilio de Blas Cabrera.* (Académica de Número). **Dominga Trujillo Jacinto del Castillo**. 18 de noviembre de 2003. Departamento de Física Fundamental y Experimental, Electrónica y Sistemas. Universidad de La Laguna.
9. *Tres productos históricos en la economía de Lanzarote: la orquilla, la barrilla y la cochinilla.* (Académico Correspondiente). **Agustín Pallarés Padilla**. 20 de mayo de 2004. Amigos de la Cultura Científica.
10. *En torno a la nutrición: gordos y flacos en la pintura.* (Académico de Honor). **Amador Schüller Pérez**. 5 de julio de 2004. Real Academia Nacional de Medicina.
11. *La etnografía de Lanzarote: “El Museo Tanit”.* (Académico Correspondiente). **José Ferrer Perdomo**. 15 de julio de 2004. Museo Etnográfico Tanit.
12. *Mis pequeños dinosaurios. (Memorias de un joven naturalista).* (Académico Correspondiente). **Rafael Arozarena Doblado**. 17 diciembre 2004. Amigos de la Cultura Científica.
13. *Laudatio de D. Ramón Pérez Hernández y otros documentos relativos al Dr. José Molina Orosa.* (Académico de Honor a título póstumo). 7 de marzo de 2005. Amigos de la Cultura Científica.

14. *Blas Cabrera y Albert Einstein*. (Acto de Nombramiento como Académico de Honor a título póstumo del Excmo. Sr. D. **Blas Cabrera Felipe**). **Francisco González de Posada**. 20 de mayo de 2005. Amigos de la Cultura Científica.
15. *La flora vascular de la isla de Lanzarote. Algunos problemas por resolver*. (Académico Correspondiente). **Jorge Alfredo Reyes Betancort**. 5 de julio de 2005. Jardín de Aclimatación de La Orotava.
16. *El ecosistema agrario lanzaroteño*. (Académico Correspondiente). **Carlos Lahora Arán**. 7 de julio de 2005. Dirección Insular del Gobierno en Lanzarote.
17. *Lanzarote: características geoestratégicas*. (Académico Correspondiente). **Juan Antonio Carrasco Juan**. 11 de julio de 2005. Amigos de la Cultura Científica.
18. *En torno a lo fundamental: Naturaleza, Dios, Hombre*. (Académico Correspondiente). **Javier Cabrera Pinto**. 22 de marzo de 2006. Amigos de la Cultura Científica.
19. *Materiales, colores y elementos arquitectónicos de la obra de César Manrique*. (Acto de Nombramiento como Académico de Honor a título póstumo de **César Manrique**). **José Manuel Pérez Luzardo**. 24 de abril de 2006. Amigos de la Cultura Científica.
20. *La Medición del Tiempo y los Relojes de Sol*. (Académico Correspondiente). **Juan Vicente Pérez Ortiz**. 7 de julio de 2006. Caja de Ahorros del Mediterráneo.
21. *Las estructuras de hormigón. Debilidades y fortalezas*. (Académico Correspondiente). **Enrique González Valle**. 13 de julio de 2006. INTEMAC.
22. *Nuevas aportaciones al conocimiento de la erupción de Timanfaya (Lanzarote)*. (Académico de Número). **Agustín Pallarés Padilla**. 27 de junio de 2007. Excmo. Ayuntamiento de Arrecife.
23. *El agua potable en Lanzarote*. (Académico Correspondiente). **Manuel Díaz Rijo**. 20 de julio de 2007. Excmo. Ayuntamiento de Arrecife.
24. *Anestesiología: Una especialidad desconocida*. (Académico Correspondiente). **Carlos García Zerpa**. 14 de diciembre de 2007. Hospital General de Lanzarote.
25. *Semblanza de Juan Oliveros. Carpintero – imaginero*. (Académico de Número). **José Ferrer Perdomo**. 8 de julio de 2008. Museo Etnográfico Tanit.
26. *Estado actual de la Astronomía: Reflexiones de un aficionado*. (Académico Correspondiente). **César Piret Ceballos**. 11 de julio de 2008. Iltre. Ayuntamiento de Tías.
27. *Entre aulagas, matos y tabaibas*. (Académico de Número). **Jorge Alfredo Reyes Betancort**. 15 de julio de 2008. Excmo. Ayuntamiento de Arrecife.
28. *Lanzarote y el vino*. (Académico de Número). **Manuel Díaz Rijo**. 24 de julio de 2008. Excmo. Ayuntamiento de Arrecife.
29. *Cronobiografía del Dr. D. José Molina Orosa y cronología de acontecimientos conmemorativos*. (Académico de Número). **Javier Cabrera Pinto**. 15 de diciembre de 2008. Gerencia de Servicios Sanitarios. Área de Salud de Lanzarote.



30. *Territorio Lanzarote 1402. Majos, sucesores y antecesores.* (Académico Correspondiente). **Luis Díaz Feria.** 28 de abril de 2009. Excmo. Ayuntamiento de Arrecife.
31. *Presente y futuro de la reutilización de aguas en Canarias.* (Académico Correspondiente). **Sebastián Delgado Díaz.** 6 de julio de 2009. Agencia Canaria de Investigación, Innovación y Sociedad de la Información.
32. *El análisis del tráfico telefónico: una herramienta estratégica de la empresa.* (Académico Correspondiente). **Enrique de Ferra Fantín.** 9 de julio de 2009. Excmo. Cabildo de Fuerteventura.
33. *La investigación sobre el fondo cósmico de microondas en el Instituto de Astrofísica de Canarias.* (Académico Correspondiente). **Rafael Rebolo López.** 11 de julio de 2009. Instituto de Astrofísica de Canarias.
34. *Centro de Proceso de Datos, el Cerebro de Nuestra Sociedad.* (Académico Correspondiente). **José Damián Ferrer Quintana.** 21 de septiembre de 2009. Museo Etnográfico Tanit.
35. Solemne Sesión Académica Necrológica de Homenaje al Excmo. Sr. D. Rafael Arozarena Doblado, Académico Correspondiente en Tenerife. *Laudatio Académica* por **Francisco González de Posada** y otras *Loas*. 24 de noviembre de 2009. Ilte. Ayuntamiento de Yaiza.
36. *La Cesárea. Una perspectiva bioética.* (Académico Correspondiente). **Fernando Conde Fernández.** 14 de diciembre de 2009. Gerencia de Servicios Sanitarios. Área de Salud de Lanzarote.
37. *La “Escuela Luján Pérez”: Integración del pasado en la modernidad cultural de Canarias.* (Académico Correspondiente). **Cristóbal García del Rosario.** 21 de enero de 2010. Fundación Canaria “Luján Pérez”.
38. *Luz en la Arquitectura de César Manrique.* (Académico Correspondiente). **José Manuel Pérez Luzardo.** 22 de abril de 2010. Excmo. Ayuntamiento de Arrecife.
39. *César Manrique y Alemania.* (Académico Correspondiente). **Bettina Bork.** 23 de abril de 2010. Ilte. Ayuntamiento de Haría.
40. *La Química Orgánica en Canarias: la herencia del profesor D. Antonio González.* (Académico Correspondiente). **Ángel Gutiérrez Ravelo.** 21 de mayo de 2010. Instituto Universitario de Bio-Organica “Antonio González”.
41. *Visión en torno al lenguaje popular canario.* (Académico Correspondiente). **Gregorio Barreto Viñoly.** 17 de junio de 2010. Ilte. Ayuntamiento de Haría.
42. *La otra Arquitectura barroca: las perspectivas falsas.* (Académico Correspondiente). **Fernando Vidal-Ostos.** 15 de julio de 2010. Amigos de Écija.
43. *Prado Rey, empresa emblemática. Memoria vitivinícola de un empresario ingeniero agrónomo.* (Académico Correspondiente). **Javier Cremades de Adaro.** 16 de julio de 2010. Real Sitio de Ventosilla, S. A.
44. *El empleo del Análisis Dimensional en el proyecto de sistemas pasivos de*

- acondicionamiento térmico.* (Académico Correspondiente). **Miguel Ángel Gálvez Huerta**. 26 de julio de 2010. Fundación General de la Universidad Politécnica de Madrid.
45. *El anciano y sus necesidades sociales.* (Académico Correspondiente). **Aristides Hernández Morán**. 17 de diciembre de 2010. Excmo. Cabildo de Fuerteventura.
46. *La sociedad como factor impulsor de los trasplantes de órganos abdominales.* (Académico de Honor). **Enrique Moreno González**. 12 de julio de 2011. Amigos de la Cultura Científica.
47. *El Tabaco: de producto deseado a producto maldito.* (Académico Correspondiente). **José Ramón Calvo Fernández**. 27 de julio de 2011. Dpto. Didácticas Espaciales. ULPGC.
48. *La influencia de la ciencia en el pensamiento político y social.* (Académico Correspondiente). **Manuel Medina Ortega**. 28 de julio de 2011. Grupo Municipal PSOE. Ayuntamiento de Arrecife.
49. *Parteras, comadres, matronas. Evolución de la profesión desde el saber popular al conocimiento científico.* (Académico Numerario). **Fernando Conde Fernández**. 13 de diciembre de 2011. Italfármaco y Pfizer.
50. *En torno al problema del movimiento perpetuo. Una visión histórica.* (Académico Correspondiente). **Domingo Díaz Tejera**. 31 de enero de 2012. Ayuntamiento de San Bartolomé
51. *Don José Ramírez Cerdá, político ejemplar: sanidad, educación, arquitectura, desarrollo sostenible, ingeniería de obras públicas viarias y de captación y distribución de agua.* (Académico Correspondiente). **Álvaro García González**. 23 de abril de 2012. Excmo. Cabildo de Fuerteventura.
52. *Perfil biográfico de César Manrique Cabrera, con especial referencia al Municipio de Haría.* (Académico Numerario). **Gregorio Barreto Viñoly**. 25 de abril de 2013. Ilte. Ayuntamiento de Haría.
53. *Tecnología e impacto social. Una mirada desde el pasado hacia el futuro.* (Académico Correspondiente). **Roque Calero Pérez**. 26 de abril de 2013. Mancomunidad del Sureste de Gran Canaria.
54. *Historia del Rotary Club Internacional: Implantación y desarrollo en Canarias.* (Académico Correspondiente). **Pedro Gopar González**. 19 de julio de 2013. Construcciones Lava Volcánica, S.L.
55. *Ensayos en vuelo: Fundamento de la historia, desarrollo, investigación, certificación y calificación aeronáuticas.* (Académico Correspondiente). **Antonio Javier Mesa Fortún**. 31 de enero de 2014. Instituto Nacional de Técnica Aeroespacial.
56. *El cielo nocturno de Fuerteventura: Recurso para la Ciencia y oportunidad para el Turismo.* (Académico Numerario). **Enrique de Ferra Fantín**. 20 de mayo de 2015.
57. *La Unión Europea ante las crisis internacionales.* (Académico Numerario). **Manuel Medina Ortega**. 24 de julio de 2015.

58. *Seguridad alimentaria y disruptores endocrinos hoy*. (Académico Correspondiente). **Antonio Burgos Ojeda**. 14 de diciembre de 2015.
59. *El Dr. Tomás Mena y Mesa: Médico filántropo mayorero*. (Académico Numerario). **Aristides Hernández Morán**. 15 de diciembre de 2015.
60. *Callejero histórico de Puerto de Cabras - Puerto del Rosario*. (Académico Numerario). **Álvaro García González**. 20 de abril de 2016.
61. *El moderno concepto de Probabilidad y su aplicación al caso de los Seguros/Il moderno concetto di Probabilità e il suo rapporto con l'Assicurazione*. (Académico Correspondiente en Italia). **Claudio de Ferri**. 25 de julio de 2016.
62. *Comentarios históricos sobre la obra de Boccaccio. "De Canaria y de las otras islas nuevamente halladas en el océano allende España"*. (Académico Numerario). **Cristóbal García del Rosario**. 25 de julio de 2016.
63. «*Literatura Viva*», Una iniciativa en Lanzarote para fomentar la práctica de la *Lectura en VozAlta*. (Académico Correspondiente). **Manuel Martín-Arroyo Flores**. 26 de julio de 2016.
64. *La herencia centenaria de un soñador. Huella y legado de Manuel Velázquez Cabrera (1863-1916)*. (Académico Correspondiente). **Felipe Bermúdez Suárez**. 17 de octubre de 2016.
65. *Propuesta para la provincialización de las islas menores del archipiélago canario*. (Académico Correspondiente). **Fernando Rodríguez López-Lannes**. 18 de octubre de 2016.
66. *Cambio Climático y Tabaco: El negocio está en la duda*. (Académico Numerario). **José Ramón Calvo Fernández**. 12 de diciembre de 2016.
67. *Los RPAS, un eslabón más en la evolución tecnológica*. (Académico Numerario). **Juan Antonio Carrasco Juan**. 30 de enero de 2017.
68. *La Seguridad de los Medicamentos*. (Académico Numerario). **José Nicolás Boada Juárez**. 31 de enero de 2017.
69. *Teoría de Arrecife*. (Académico Numerario). **Luis Díaz Ferri**. 26 de abril de 2017.
70. *Sistemas críticos en aeronaves no tripuladas: Un ejemplo de optimización y trabajo en equipo*. (Académico Numerario). **Antonio Javier Mesa Fortún**. 28 de abril de 2017.
71. *1878 – 1945: La Arquitectura en la ciudad de Las Palmas de Gran Canaria en tiempos de Blas Cabrera Felipe*. (Académico Numerario). **José Manuel Pérez Luzardo**. 17 de mayo de 2017.
72. *Energía osmótica: una renovable prometedora en desarrollo*. (Académico Numerario). **Sebastián N. Delgado Díaz**. 20 de julio de 2017.
73. *El descubrimiento de Lanzarote y de Canarias por parte del navegante italiano Lanzarotto Malocello*. (Académico Correspondiente). **Alfonso Licata**. 21 de julio de 2017.
74. *La Palma Canaria: Una cultura agrícola-artesanal*. (Académico Correspondiente).

**Gerardo Mesa Noda.** 25 de septiembre de 2017.

75. *El Reloj de Sol del Castillo de San Gabriel en Arrecife: Su carácter primicial y la difusión del modelo.* (Académico Numerario). **Juan Vicente Pérez Ortiz.** 22 de diciembre de 2017.
76. *Mis recuerdos de César Manrique.* (Académico Numerario). **José Dámaso Trujillo -“Pepe Dámaso”-**. 23 de abril de 2018.
77. *Un nuevo modelo de desarrollo sostenible: necesidad y características.* (Académico Numerario). **Roque Calero Pérez.** 24 de abril de 2018.
78. *Reserva de la Biosfera de Fuerteventura en la red mundial de Reservas de la Biosfera. Logros y retos de futuro.* (Académico Correspondiente). **Antonio Gallardo Campos.** 25 de abril de 2018.
79. *La Extraposofía o la Arquitectura del Universo.* (Académico Correspondiente). **Antonio Padrón Barrera.** 25 de abril de 2018.
80. *La huella del Vaticano II en Fuerteventura.* (Académico Numerario). **Felipe Bermúdez Suárez.** 16 de julio de 2018.
81. *La construcción de la nueva comisaría de Arrecife.* (Académico Numerario). **Fernando Rodríguez López-Lannes.** 19 de julio de 2018.
82. *Acupuntura médica occidental / Western medical acupuncture.* (Académico Correspondiente en el Reino Unido). **Bill Ferguson.** 12 de diciembre de 2018.
83. *Leonardo da Vinci. Quinto centenario de su fallecimiento.* (Académico Numerario). **Alfonso Licata.** 22 de mayo de 2019.
84. *De Lanzarote a la Luna y a Marte: Claves geológicas y astrobiológicas.* (Académico Correspondiente). **Jesús Martínez Frías.** 30 de enero de 2020.
85. *Remembranza de un académico poeta, Rafael Arozarena.* (Académico Numerario). **Manuel Martín-Arroyo Flores.** 10 de diciembre de 2020.
86. *La conservación del patrimonio paleontológico de Lanzarote.* (Académica Correspondiente). **Esther Martín González.** 18 de mayo de 2021.
87. *El Geoparque Mundial de la UNESCO Lanzarote y Archipiélago Chinijo.* (Académica Correspondiente). **María Elena Mateo Mederos.** 19 de mayo de 2021.
88. *Los ángeles en la obra fresquista de Francisco de Goya.* (Académica Correspondiente). **María Teresa Fernández Talaya.** 8 de septiembre de 2021.
89. *Integración en edificios de viviendas de la tecnología de enfriamiento pasivo (o de bajo gasto energético) por re-irradiación de onda larga.* (Académico Numerario). **Miguel Ángel Gálvez Huerta.** 9 de septiembre de 2021.
90. *Medio ambiente y salud, reflexiones post pandémicas.* (Académico Numerario). **Antonio Gallardo Campos.** 13 de diciembre de 2021.
91. *Control sanitario del tráfico marítimo en los puertos canarios occidentales: Epidemias.*

- (Académico Numerario). **Antonio Burgos Ojeda**. 14 de diciembre de 2021.
92. *Interlingua: La lengua global*. (Académico Numerario). **Domingo Díaz Tejera**. 3 de febrero de 2022.
93. *Los recuerdos de Blas Cabrera en Lanzarote hasta 1978*. (Académico Correspondiente). **Enrique Díaz Herrera**. 26 de mayo de 2022.
94. *Canarias: Cuando el magma alcanza el Cosmos*. (Académico Numerario). **Jesús Martínez Frías**. 27 de mayo de 2022.
95. *Consideraciones en torno al lenguaje. Las variedades atlántica y canaria de la Lengua Española*. (Académica Correspondiente). **María Dolores Fajardo Espino**. 27 de mayo de 2022.
96. *Julio Palacios frente a Einstein y a la Relatividad*. (Académico Correspondiente). **Albino Arenas Gómez**. 17 de mayo de 2023.
97. *El reformismo de Felipe V y la derrota atlántica del comercio con las Indias: Una tarea de José Patiño*. (Académico Correspondiente). **Fernando López Rodríguez**. 17 de mayo de 2023.
98. *La globalización: amenazas y oportunidades*. (Académico Correspondiente). **Alfredo Rocafort Nicolau**. 18 de mayo de 2023.
99. *La trimilenaria Cádiz, madre de la Cirugía moderna y contemporánea española*. (Académico Correspondiente). **José Antonio Salido Valle**. 19 de mayo de 2023.
100. *El registro fósil marino de Macaronesia: interpretando eventos de su historia geológica*. (Académica Numeraria). **María Esther Martín González**. 19 de mayo de 2023.
101. *Antonio de Nebrija. El humanista que amaba las palabras. Quinto centenario de su fallecimiento (1444-1522)*. (Académica Correspondiente). **Cecilia Kindelán Amorrich**. 13 de julio de 2023.
102. *La inteligencia artificial y la estupidez natural*. (Académico Correspondiente). **Jordi Martí Pidelaserra**. 14 de julio de 2023.
103. *Liderazgo empresarial en el siglo XXI: creación de valor compartido y nuevos estilos de dirección*. (Académico Correspondiente). **Jaume Llopis Casellas**. 26 de octubre de 2023.
104. *La usura en la España del Siglo XXI*. (Académico Correspondiente). **Xabier Añoveros Trías de Bes**. 26 de octubre de 2023.
105. *Observaciones acerca de la navegación desde nuestros días hasta su origen histórico*. (Académico Correspondiente). **Félix Martín de Loeches Martín**. 27 de octubre de 2023.
106. *El enfoque una sola salud, en la lucha para el control de la resistencia a los antibióticos*. (Académica Correspondiente). **M<sup>a</sup> Àngels Calvo Torras**. 11 de diciembre de 2023.
107. *La presencia de la bioética en un grupo sanitario privado español*. (Académica Correspondiente). **María Anunciación Tormo Domínguez**. 12 de diciembre de 2023.

108. *De la polución al cambio climático.* (Académico Correspondiente). **Marcelino Benítez de Soto y Sánchez-Ventura.** 15 de diciembre de 2023.
109. *El Instituto “Blas Cabrera Felipe”: Historia de la Enseñanza Secundaria en Lanzarote hasta 1978.* (Académico Numerario). **Enrique Díaz Herrera.** 28 de febrero de 2024.
110. *Comentarios (bastante personales) sobre la obra de: Jorge Luis Borges.* (Académico Numeraria). **María Dolores Fajardo Espino.** 29 de febrero de 2024.
111. *Identidad personal y Humanidad, una relación que conviene comprender. Una indagación sobre el sentido de la vida humana.* (Académico Correspondiente). **Juan Jesús González Torres.** 1 de marzo de 2024.
112. *El sabor dulce. Azúcares y edulcorantes.* (Académico Correspondiente). **Rafael Urrialde de Andrés.** 25 de abril de 2024.
113. *La sanidad que tenemos, necesitamos y queremos.* (Académico Correspondiente). **Antonio Alarcó Hernández.** 25 de abril de 2024.
114. *La alargada sombra de la serendipia en el origen de la era psicofarmacológica: ¿Mito o realidad?* (Académico Correspondiente). **Francisco López Muñoz.** 26 de abril de 2024.
115. *La ética como valor fundamental de las empresas familiares.* (Académico Correspondiente). **Felipe Hernández Perlines.** 26 de abril de 2024.
116. *La Inteligencia artificial: Oportunidades y Riesgos.* (Académica Correspondiente). **Montserrat Casanovas Ramón.** 27 de abril de 2024.
117. «Concierto discursado. “Las suites para cello, Bach y el Siglo XX”. *Obras de Bach, Reger, Cassadó y Bloch*». (Académico Correspondiente). **Francisco Javier González Navarro.** 27 de abril de 2024.
118. *Impacto presente y futuro de la obesidad: Nuevos biomarcadores, el índice TyG.* (Académico Correspondiente). **Fernando Vidal-Ostos de Lara.** 21 de mayo de 2024.
119. *La tragedia del Titanic y el Convenio S.O.L.A.S. (Seguridad de la vida en el mar). Un antes y un después en la Seguridad Marítima.* (Académico Correspondiente). **José Antonio Reyero López.** 22 de mayo de 2024.
120. *Arquitectura de lo excéntrico a lo extraordinario.* (Académico Numerario). **Antonio Padrón Barrera.** 23 de mayo de 2024.
121. *El riesgo de zozobra de buques atracados en puerto; el caso del buque ‘Super Servant 4’.* (Académico Correspondiente). **Amable Vicente Esparza Lorente.** 20 de septiembre de 2024.
122. *Turismo cultural y creativo.* (Académica Correspondiente). **Idaira Clavijo Casanova.** 21 de septiembre de 2024.
123. *Biología cuántica, la frontera sin límites.* (Académico Correspondiente). **Joaquim Gironella Coll.** 31 de octubre de 2024.

124. *Lanzarote y Fuerteventura: Ecos de fuego y arena en Canarias. Una mirada desde la distancia.* (Académica Correspondiente). **M. Esther Subirá Lobera**. 1 de noviembre de 2024.
125. *Núcleo y polos de la psiquiatría.* (Académico Correspondiente). **José Luis González de Rivera y Revuelta**. 10 de diciembre de 2024.
126. *El papel de las Academias en el siglo XXI: tradición, excelencia y desafíos compartidos.* (Académico de Honor). **Alfredo Rocafort Nicolau**. 24 de abril de 2025.
127. *Los puentes, artificios del camino. Ingeniería, territorio y patrimonio.* (Académico Correspondiente). **Tomás Abad Balboa**. 21 de mayo de 2025.
128. *La Gobernanza Global será salvada por las Humanidades.* (Académica Correspondiente). **Raquel Díaz Seijas**. 23 de mayo de 2025.
129. *Inteligencia Artificial: viejos retos, nuevos caminos.* (Académica Correspondiente). **M<sup>a</sup> Ángeles Álvarez Martínez**. 2 de septiembre de 2025.
130. *El alma en la era del algoritmo: la Inteligencia Artificial y el desafío ontológico de la era digital.* (Académico Correspondiente). **Juan Luis Quincoces Soler**. 3 de septiembre de 2025.
131. *La jornada de trabajo en el Derecho español.* (Académico Correspondiente). **Rogelio Sánchez Molero**. 4 de septiembre de 2025.
132. *Territorios y paisajes de Lanzarote. En torno a César Manrique.* (Académica Correspondiente). **Pilar Chías Navarro**. 5 de septiembre de 2025.
133. *La importancia de la cultura y la historia local.* (Académico de Honor). **Otto Federico von Feigenblatt**. 29 de octubre de 2025.
134. *Lanzarote, laboratorio vivo: donde la naturaleza y la ciencia escriben nuestra salud.* (Académica Correspondiente). **Elisabeth Arrojo Álvarez**. 30 de octubre de 2025.







