



**VITAMINA B12 Y ENVEJECIMIENTO.** La revista AMERICAN JOURNAL OF CLINICAL NUTRITION publicó una Investigación realizada sobre un gran número de ancianos escoceses nacidos en 1921 y otros nacidos en 1932. El envejecimiento se suele asociar con leves desarreglos cognitivos (fallos en memoria) o graves (como Alzheimer). Esta investigación señala que el deterioro no es inevitable, y que está bastante asociado a deficiencias de folato y de vitamina B12, así como a valores elevados de la concentración de homocisteína plasmática.