

**RESTRICCIÓN CALÓRICA.** Se repiten datos indicativos de que la dieta apropiada para la longevidad puede no ser “lo que como” sin “lo que no como”. Investigadores de la Universidad de Los Ángeles, en California encontraron que en el caso del nematodo *Caenorhabditis elegans*, la retirada de coenzima Q en su dieta extiende su expectativa de vida alrededor de un 60%. La explicación sería que la falta de coenzima Q reduce la operatividad de la cadena respiratoria y como consecuencia de ello disminuye la producción de radicales libres que causan daños oxidativos celulares y reducen la longevidad.