



Te invitamos
a leer más

20.- Respuesta correcta: d)

En general está en la creencia popular que la genética es el principal factor que influye en la salud y la longevidad, y sin embargo no es así.

La longevidad tiene al menos dos componentes; uno genético que podría representar hasta el 25% y el otro son los hábitos de vida y el medioambiente, que en conjunto tendrían una influencia entorno al 75%.

Además, los hábitos de vida pueden influir en los genes a través de lo que se denomina epigenética (que actúa como un interruptor para apagar o encender genes), de forma que unos hábitos saludables, podrían reducir la posibilidad de las enfermedades con origen genético.

