

# NUTRIGENÉTICA

O avanço dos estudos moleculares e genômicos permitiram com que houvesse uma maior compreensão da interação entre genes e dieta, dando origem a nutrigenética.

A Nutrigenética estuda como a constituição genética de uma pessoa afeta sua resposta à dieta e saúde e não é difícil de se observar que os resultados da ingestão de alimentos não são iguais para todos, ou seja, as variações presentes nos genes de cada pessoa influenciam diretamente nas necessidades nutricionais e indiretamente modulando os hábitos alimentares. Essas diferenças na arquitetura genética que podem condicionar a suscetibilidade de desenvolver determinadas patologias, são as doenças multifatoriais, resultado da combinação de fatores de riscos genéticos e ambientais. A maioria das doenças crônicas frequentes da idade adulta é multifatorial. Estima-se que aproximadamente 70% da população desenvolva alguma doença crônica, daí a importância de identificar os indivíduos com fatores de riscos genéticos para que se possa planejar sua prevenção.

Pequenas variações genéticas conhecidas como polimorfismos ou SNPs (Single Nucleotide Polymorphism) podem influenciar a capacidade de metabolização dos alimentos e a capacidade de eliminação de substâncias tóxicas, influenciando a resposta dos indivíduos em relação ao ambiente. A dieta é o fator ambiental mais importante na modulação da expressão gênica. Em função do perfil nutrigenético de cada pessoa, há alimentos que podem ter uma ação protetora frente a determinadas doenças, enquanto outros alimentos podem aumentar o risco de desenvolvê-las. Não há como mudar nossos genes, mas é possível modificar o efeito deles sobre a saúde alterando nossa condição alimentar e estilo de vida. Isso demonstra a importância de combinar a nutrição com a genética a fim de conhecer a influência das variantes genéticas na resposta do corpo aos alimentos.

## Painel Nutrigenético

O Painel Nutrigenético é um teste completo realizado a partir de uma simples amostra de sangue, identificando 128 variantes genéticas em 95 genes, fornecendo uma ampla gama de informações dividido em 8 seções:



- O caminho para seu peso ideal;
- Como os genes influenciam no seu metabolismo e sua saúde;
- Quais vitaminas e minerais seu corpo necessita;
- Influências importantes nos seus hábitos alimentares;
- A eficácia do seu metabolismo;
- Seus genes, desintoxicação e antioxidantes;
- Esportes e lazer em harmonia com seus genes;
- Vícios geneticamente determinados e envelhecimento.

NOME DO EXAME	CÓDIGO DB
PAINEL NUTRIGENÉTICO	NUTRI

## Painel Nutrigenético Básico

A genética influencia de maneira relevante na forma como metabolizamos os alimentos que ingerimos e, portanto, no efeito que eles têm no organismo. Ajustar a dieta em função da genética nos permite otimizar nossa saúde, a fim de evitar alterações que nos causam mal-estar e desenvolvimento de doenças. A análise investiga 24 variantes genéticas relacionados com:

- Colesterol e perfil lipídico;
- Intolerância à lactose;
- Doença celíaca;
- Sensibilidade ao sal;
- Metabolização do álcool e da cafeína;
- Risco de osteoporose;
- Detoxificação do fígado;
- Estresse oxidativo;
- Resposta inflamatória;
- Metabolismo da homocisteína.



**NOME DO EXAME**

**PAINEL NUTRIGENÉTICO BÁSICO**

**CÓDIGO DB**

**NUTRIB**


A nutrição é a ferramenta mais simples e eficaz para cuidar da saúde e do bem-estar. O perfil nutrigenético é indicado para todas as pessoas que desejam prevenir o surgimento de doenças, desenvolver um planejamento alimentar personalizado e melhorar seu rendimento esportivo, prevenindo as frequentes lesões da atividade física.





## Referências

1. Estruch, R. et al. N Engl J Med 2013. 368:1279-1290
2. Perez-Martinez, P. et al. Am J Clin Nutr. 89:391-9, 2009.
3. Schröder, H. et al. Public Health Nutrition. 15(4), 618-626, 2011.
4. Smith, C. et al. Nutr Metab Cardiovasc. 22(5): 449-455, 2012.
5. Corella, D. et al. Arch Intern Med. 169(20):1897-1906, 2009.

## Conheça nosso menu completo:

 [dbmolecular.com.br](http://dbmolecular.com.br)

 [assessoria.molecular@dbdiagnosticos.com.br](mailto:assessoria.molecular@dbdiagnosticos.com.br)

 11 3868-9800