



# NUTRIGENÉTICA

O avanço dos estudos moleculares e genômicos ampliou a compreensão da interação entre genética e alimentação, consolidando a Nutrigenética como ferramenta para personalização de estratégias nutricionais.

A Nutrigenética estuda como variantes genéticas podem influenciar a resposta individual à dieta e a desfechos relacionados à saúde. Na prática, diferenças genéticas podem impactar vias como metabolismo de macronutrientes, resposta glicêmica e lipídica, mecanismos inflamatórios, estresse oxidativo e metabolismo de xenobióticos, contribuindo para diferentes respostas a um mesmo padrão alimentar.

Muitas condições crônicas comuns na vida adulta têm base multifatorial, resultando da combinação de predisposição genética e fatores ambientais. Nesse contexto, identificar perfis de susceptibilidade pode apoiar estratégias de prevenção e de planejamento nutricional individualizado, sempre com interpretação integrada ao contexto clínico, hábitos e estilo de vida.

## **Polimorfismos / SNPs**

Pequenas variações genéticas — como os polimorfismos de nucleotídeo único (SNPs) — podem se associar a diferenças em vias metabólicas e regulatórias relevantes, influenciando como cada indivíduo responde a componentes da dieta.

A alimentação, por sua vez, é um dos principais determinantes ambientais capazes de modular vias biológicas relacionadas à saúde, e ajustes de dieta e estilo de vida podem ajudar a mitigar riscos em perfis predisponentes.

## Painel nutrigenético

O Painel Nutrigenético é realizado a partir de uma amostra de sangue e analisa 128 variantes genéticas em 95 genes. O resultado é organizado em 8 seções, oferecendo um panorama para apoiar decisões de estilo de vida e planejamento nutricional personalizado, com interpretação individualizada conforme objetivo, rotina e contexto clínico-nutricional.

- O caminho para seu peso ideal;
- Como os genes influenciam o seu metabolismo e a sua saúde;
- De 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.

### Indicações

A nutrição é uma das ferramentas mais acessíveis e custo-efetivas para promover saúde e desempenho. O perfil nutrigenético pode apoiar um planejamento alimentar mais individualizado – com foco em prevenção, otimização metabólica e objetivos específicos (como composição corporal e performance) – sempre como suporte à conduta profissional.

### Exames disponíveis

Confira na tabela abaixo os exames oferecidos pelo DB molecular com os respectivos códigos:


NOME DO EXAME	CÓDIGO DB
PAINEL NUTRIGENÉTICO	NUTRI
PAINEL NUTRIGENÉTICO BÁSICO	NUTRIB

### Referências

1. CORELLA, D. et al. APOA2, dietary fat, and body mass index: replication of a gene-diet interaction in 3 independent populations. *Archives of Internal Medicine*, v. 169, n. 20, p. 1897-1906, 2009. DOI: 10.1001/archinternmed.2009.343.
2. ESTRUCH, R. et al. Primary prevention of cardiovascular disease with a Mediterranean diet. *The New England Journal of Medicine*, v. 368, n. 14, p. 1279-1290, 2013. DOI: 10.1056/NEJMoa1200303.
3. PEREZ-MARTINEZ, P. et al. Association between the glucokinase regulatory protein (GCKR) and apolipoprotein A5 (APOA5) gene polymorphisms and triacylglycerol concentrations in fasting, postprandial and fenofibrate-treated states. *The American Journal of Clinical Nutrition*, v. 89, p. 391-399, 2009. DOI: 10.3945/ajcn.2008.26363.
4. SCHRÖDER, H. et al. Validity of two short screeners for diet quality in time-limited settings. *Public Health Nutrition*, v. 15, n. 4, p. 618-626, 2012. DOI: 10.1017/S1368980011001923.
5. SMITH, C. E. et al. Perilipin polymorphism interacts with saturated fat and carbohydrates to modulate insulin resistance. *Nutrition, Metabolism and Cardiovascular Diseases*, v. 22, n. 5, p. 449-455, 2012. DOI: 10.1016/j.numecd.2010.09.003.

### Saiba mais

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

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

  0800 643 0376