

NOVEDAD: NUTRIGENÓMICA

¿Cómo se realiza el análisis?

Sólo hacen falta unas cuantas células que se extraen de la mucosa bucal para realizar el análisis genético. Se obtiene sin dolor alguno de su cavidad bucal mediante bastoncillos que posteriormente nos son remitidos.

¿Quién verá los resultados?

Genosense se ha comprometido por ley a tratar los resultados de forma estrictamente confidencial y proporcionárselos únicamente a su médico. Por tanto, Genosense no está autorizado a proporcionárselo a terceras partes sin su consentimiento explícito por escrito.

¿Este análisis debe realizarse más de una vez?

NO. Su perfil genético es único nunca cambia.



La variación natural del genoma humano es responsable de la individualidad de cada uno. El 99.9% del genoma es idéntico; la fracción restante de 0.1% es responsable de la variedad heredada dentro de la humanidad. Excepto los gemelos monozigóticos idénticos. Dichas variaciones individuales, se llaman polimorfismos.

Esta pequeña parte contribuye a nuestra individualidad y puede explicar reacciones individuales a las mismas influencias ambientales y alimenticias y por que unos desarrollan una enfermedad y no otra. Por ejemplo, todos los seres humanos tenemos ojos y, sin embargo, no hay un par de ojos idénticos.

El ser humano posee cerca de 35.000 genes. Este sistema básico de genes es casi "idéntico" de persona a persona pero existen unas pequeñas e importantes diferencias.

Las diversas formas de nuestros genes son la causa de las consecuencias esenciales de nuestra vida: No solamente el aspecto exterior, sino que también afecta a nuestra salud.

Por ejemplo, existen polimorfismos que protegen el cuerpo contra la osteoporosis; a la vez que otros polimorfismos pueden incrementar la susceptibilidad de una persona a padecer trombosis y enfermedades cardiovasculares.

Un polimorfismo (SNP) se presenta en tres formas diferentes: el “homocigoto tipo normal”, “tipo heterocigoto” y “ tipo homocigoto”.

El “tipo normal” se encuentra en la mayoría de la población. Generalmente no puede decirse que un polimorfismo represente el BUEN o el MAL genotipo, aunque se asume a menudo.

Estos polimorfismos son variaciones de nuestros factores hereditarios que se han desarrollado naturalmente en el curso de la evolución.

No predicen el momento del brote de un tipo de enfermedad, sin embargo, **sí diagnostican** el riesgo personal a padecer dicha enfermedad.

Si se conoce el riesgo de tener una enfermedad en concreto, USTED está a tiempo para hacer algo al respecto - el lema es la PREVENCIÓN. Para cada enfermedad el momento de la intervención es crucial.

Al menos: ¡La prevención es mejor que la curación! Así nosotros recibimos los genes, y son los mismos al momento de nacer que a los 65 años; sin embargo, los inicios de la enfermedad aparecen en edad avanzada.

Si conocemos nuestra mapa individual genético, tenemos tiempo para desarrollar una estrategia personalizada de prevención. Es decir; sabemos **qué tenemos que prevenir y** de esta forma **optimizar la prevención.**

Nos permite personalizar la utilización de la alimentación y suplementación natural para minimizar los riesgos de padecer las enfermedades que se está predispuesto a tener.

¡La influencia de la nutrición en nuestro bienestar, tiene un papel decisivo!

Nuestra vida está fuertemente influenciada por una comunicación entre nuestros genes y el ambiente.

Esto sucede de múltiples maneras. Nuestra piel puede tomar, por ejemplo, señales, nuestros ojos pueden ver y nuestros oídos pueden oír. Finalmente, todas estas señales afectan a nuestros genes.

Pero, de hecho, **la nutrición desempeña un papel importante.** Cada bocado que comemos estimula un número enorme de genes para producir sustancias vitales.

Ahora lo importante es que por medio de la nutrición, demos la información correcta a nuestros genes.

Y esto no es igual para todos.

Muchos de nosotros no estamos diseñados genéticamente para el tipo de nutrición que se lleva en la actualidad.

Parte de los componentes de la alimentación moderna como el grano, la leche y los huevos han aparecido – muy recientemente en la historia evolutiva de la especie humana y todavía no estamos adaptados a ello. Este periodo de tiempo es de entre 6.000-7.000 años, no es más que un parpadeo dentro de la evolución humana.

Un buen ejemplo es la leche: Por una parte, es apropiada para un suministro adecuado de calcio.

Por otra, muchas personas sufren de una intolerancia a la lactosa y por lo tanto, no puede digerir la leche.

Otros desarrollan anticuerpos contra las proteínas de la leche. Su proteína es la caseína y se encuentra también en los derivados lácteos.

La leche parece tener un efecto desfavorable en muchas personas y en su equilibrio hormonal. Por lo tanto, se requiere ingerir otro tipo de alimentos que aporten proteína y calcio.

Otros dos ejemplos:

El pescado azul, con abundantes ácidos grasos insaturados (los famosos **Omega-3**) es considerado generalmente como sano y, baja los niveles de colesterol.

Esto realmente es lo que sostiene la mayor parte de la gente.

Esta nutrición inicialmente sana, puede dañar a seres humanos que llevan cierto polimorfismo y que se produzca un aumento de las cifras de colesterol en vez de reducirlas.

Por tanto, **lo más importante es saber su genotipo.**

Algunas personas tienen una débil predisposición genética para eliminar toxinas ambientales.

Éstas deben considerar que si fuman o comen mucho asado, carne ahumada o salada, son más propensos que la población general a padecer algunos tipos de cáncer.

Conclusión: Al igual que unos calzamos un número determinado de zapatos, todas las personas necesitan su propia dieta.