

NutriGen

Prevención de enfermedades a través de la alimentación



Cada uno de nosotros tenemos una arquitectura genética diferente, la cual puede condicionar nuestra susceptibilidad a presentar determinadas enfermedades. Estas son las enfermedades multifactoriales, resultado de la combinación de factores de riesgo genéticos y ambientales.

Posiblemente la mayoría de las enfermedades, y muy especialmente las enfermedades crónicas frecuentes de la edad adulta, sean enfermedades multifactoriales. Y se estima que aproximadamente el 70% de la población desarrollará una enfermedad crónica en algún momento de su vida, lo cual da una idea de la importancia de poder identificar aquellos individuos con factores de riesgo genéticos, para planificar su prevención.

Nutrición y genética: Nutrigenética

Existen variaciones genéticas, conocidas como polimorfismos, responsables de la susceptibilidad genética a desarrollar determinadas enfermedades frecuentes y también de la diferente respuesta a los alimentos entre individuos. En función de estos polimorfismos, determinados alimentos pueden tener una acción protectora frente a determinadas enfermedades y otros alimentos todo lo contrario. De ahí la importancia de combinar la nutrición con la genética.

El objetivo principal de la Nutrigenética es la prevención de las enfermedades frecuentes de la edad adulta por medio de la alimentación. Es decir, hacer de la alimentación nuestro mejor medicamento. La nutrición es la herramienta más sencilla y eficaz de que disponemos para cuidar de nuestra salud y de nuestro futuro bienestar. Así, una alimentación adecuada es una potente medida de prevención, tanto física como psíquica.



En consecuencia, la dieta más saludable será aquella que se adapte al perfil genético de cada persona, es decir, a su perfil nutrigenético.

El perfil genético **NutriGen** determina qué alimentos aumentan o disminuyen la probabilidad de desarrollar determinadas enfermedades, de forma que posibilita elaborar una dieta personalizada en función de nuestros genes.

Se prevé que en los próximos años la Nutrigenética modifique los hábitos alimentarios de la población, de forma que cada persona tendrá que responsabilizarse de forma individualizada de su salud y de sus hábitos dietéticos.

Perfil genético NutriGen

El análisis genético consiste en la evaluación de 88 polimorfismos en 58 genes. Se trata, pues, de una de las evaluaciones nutrigenéticas más completas actualmente disponibles. Dichos polimorfismos están relacionados con la susceptibilidad genética a desarrollar:

- Hipertensión arterial
- Dislipemias (alteraciones en los niveles de colesterol HDL, colesterol LDL y de triglicéridos)
- Diabetes y síndrome metabólico
- Osteoporosis
- Obesidad global y obesidad abdominal

El análisis también aporta información sobre el consumo personalizado de nutrientes (nutrientes a incrementar o nutrientes a disminuir/evitar) en base al resultado de determinados polimorfismos.

Así pues, el informe del perfil genético **NutriGen** facilita tanto información de las susceptibilidades genéticas como recomendaciones preventivas personalizadas, tanto a nivel de nutrición (macro y micronutrición) como de otros factores de estilo de vida.

Indicaciones

El perfil genético **NutriGen** está indicado en:

- Todas aquellas personas que deseen prevenir las enfermedades frecuentes de la edad adulta
- Personas con antecedentes familiares de enfermedades frecuentes de la edad adulta (osteoporosis, hipertensión, dislipemia, obesidad, diabetes y síndrome metabólico)

Se aconseja solicitar el presente perfil genético a partir de la mayoría de edad, y, muy especialmente, a partir de los 30 años. Cuanto antes pongamos en práctica las recomendaciones preventivas, antes notaremos sus efectos sobre nuestra salud.

Requisitos

No es necesario estar en ayunas ni preparación especial.

Muestra: 2 tubos de 3 ml de sangre total EDTA o kit específico de saliva (kit Oragene-DNA OG-500 u OG-510, o bien Oracollect-DNA OCR-100).

Documentación: Peticionario general, consentimiento informado pruebas genéticas y cuestionario clínico específico.