

Test Genetici: la rivoluzione nella diagnosi delle ipersensibilità alimentari

L'alimentazione influenza le nostre vite, la genetica influenza la nostra nutrizione



L'**ipersensibilità alimentare**, fenomeno che si è ampiamente diffuso negli ultimi anni, è una “risposta” personale dell’organismo in seguito all’introduzione di determinati alimenti o sostanze.

Proprio questo carattere personale dell’intolleranza fa sì che le cause, e le conseguenti cure, vengano individuate analizzando ciò che ci rende quello che siamo, ciò che detta le regole non solo della nostra alimentazione, ma del nostro io: **il DNA**.

La **Nutrigenetica**, scienza di ultima generazione, parte dal principio, dal nocciolo del problema per individuare, tra oltre 30.000 geni che compongono il nostro patrimonio genetico, piccole variazioni che, mettendole in relazione con l’alimentazione, il metabolismo, le predisposizioni e l’ambiente in cui si vive, possono tradursi in **INTOLLERANZE ALIMENTARI**.

Attraverso i test genetici si raggiunge un risultato specifico: creare un **intervento dietetico** mirato per ogni singolo individuo che possa ripristinare la salute o prevenire l’insorgenza di patologie, partendo dalle informazioni contenute nel DNA.

Salute e Benessere, Intolleranze e Active Sport: le macrocategorie dei test genetici

Presso lo Studio Medico Mignano/Dellavalle sarà possibile personalizzare il regime alimentare di ognuno. La dieta infatti, riadattata sul profilo genetico personale, è un alleato per ridurre tutti quei fattori di rischio, modificabili come lo stile di vita o meno, che predispongono all’insorgenza di malattie coronariche, carenze metaboliche conseguenti all’alterazione del DNA, la salute delle ossa come l’osteoporosi (risultato di interazioni fra predisposizione genetica e fattori di rischio ambientali), varie intolleranze alimentari come la celiachia. Inoltre, attraverso una delle macrocategorie dei test, è possibile personalizzare l’allenamento degli sportivi e l’alimentazione al fine di diminuire i rischi di infortunio o massimizzare i risultati della performance sportiva.

Il **test Salute Cardiovascolare e Metabolismo dei lipidi**, analizza le varianti genetiche che determinano una diversa risposta alla dieta, relativamente alle patologie cardiovascolari, consentendo di definire le strategie alimentari personalizzate.

Weight Control è il test dedicato alle varianti genetiche che determinano la **predisposizione all’aumento di peso**, in modo da migliorare il metabolismo e l’introduzione di cibi che inducono aumento di peso, tramite un regime alimentare personalizzato

Il **test per la salute delle ossa**, permette di evitare l'insorgenza di malattie come l'osteoporosi che determina un aumento delle fragilità e della probabilità di incorrere in una frattura: migliorare il metabolismo dei nutrienti legati al corretto sviluppo dell'architettura ossea e diminuire la suscettibilità alle fratture ossee è l'obiettivo del regime alimentare personalizzato incentrato sullo scheletro.

I livelli aumentati di omocisteina nel sangue possono tradursi in effetti deleteri sulla parete dei vasi sanguigni, per questo motivo il **test per il Metabolismo dell'Omocisteina** si propone di stabilire la quantità dei nutrienti per diminuire i livelli plasmatici della stessa (che tendono ad aumentare in individui che consumano molte proteine di origine animale e poca frutta e verdura a foglia).

Correlato ai fenomeni infiammatori legati a disagi cronici come allergie e ipersensibilità, è il **test per la Risposta Infiammatoria** utile per migliorare la regolazione dei processi infiammatori e permettere all'organismo di "funzionare" al massimo delle sue potenzialità, scoprendo eventuali predisposizioni.

I test genetici analizzano anche le varianti correlate allo stress ossidativo tramite un test dedicato: **Stress ossidativo – Antiaging**. Migliorare la capacità detossificante dell'organismo e rallentare i processi di invecchiamento sono gli obiettivi da perseguire dopo aver effettuato il test.

Predisposizione alla **celiachia**, intolleranza al **lattosio**, al **fruttosio**, sensibilità alla **caffeina**, ai **solfiti**, al **nicel** e all'**Alcol**: queste sono le patologie che hanno come conseguenza gonfiore, capogiri, cefalea, stanchezza cronica, dermatiti o improvvisi cambiamenti di peso, ma anche astenia, insonnia e forme lievi di depressione.



A causa del loro carattere subdolo e lento, solo dopo lunghi iter diagnostici è possibile individuare l'ipersensibilità verso determinate sostanze. Il test genetico accorcia i tempi di diagnosi per raggiungere una cura in modo tempestivo, evitando la reiterazione dei sintomi nel tempo.

Anche il mondo degli sportivi verrà rivoluzionato dall'analisi del DNA!

L'**Active Sport Injury** è un test utile per la prevenzione: conoscere il profilo genetico di chi fa sport è utile a prevenire gli infortuni adottando precauzioni e integrando la dieta in modo mirato. Attraverso lo studio di particolari varianti genetiche, è possibile individuare eventuali predisposizioni a particolari lesioni, per esempio quelle tendinee, così da adottare il miglior allenamento possibile per ciascuno.

Non solo prevenzione ma anche strumento per migliorare. Con l'**Active Sport Performance**, è possibile migliorare le prestazioni sportive partendo da ciò che ci dà la forza e la carica necessaria per praticarle: l'alimentazione. Il profilo genetico è il punto di partenza per individuare l'alimentazione giusta per reintegrare le energie consumate e ritrovare la giusta idratazione indispensabile ad una buona performance.

Grazie alla prevenzione sarà possibile raggiungere uno tra quelli che dovrebbero essere i nostri principali obiettivi: migliorare lo stile di vita per evitare l'insorgenza di malattie.



Presso lo Studio Medico Specialistico Mignano/Dellavalle sarà possibile eseguire i test genetici in tre piccoli step:

- Prendere appuntamento
- Presentarsi in orario
- Aprire la bocca per permettere il prelievo della saliva attraverso tamponi all'interno della guancia e sulle gengive

Al resto ci pensiamo noi: invieremo il tampone ad un laboratorio certificato ed accreditato della **Genoma Group** e condivideremo con voi i risultati circa una settimana dopo il prelievo.

Ricorda, PREVENIRE è meglio che curare!