



Test del DNA sul metabolismo

RISULTATI DEL TEST

Il tuo valore misurato

Su sua richiesta, abbiamo testato il suo campione di saliva per diversi SNPs (Polimorfismi a Singolo Nucleotide) e abbiamo esaminato particolari varianti genetiche di **sette geni selezionati**, che danno un'indicazione se, a causa di predisposizioni genetiche, è **in sovrappeso**. Questi SNP possono essere utilizzati anche per mostrare se eventualmente il corpo è in grado di assorbire una quantità maggiore di **grassi**, se l'indice del **senso di sazietà** individuale è forte e quali **tipi di sport** sono adatti a Lei.



Si tenga presente che una tendenza al sovrappeso computata, non significa necessariamente che svilupperà un eccesso di peso nel corso della vita, a condizione che il suo peso corporeo rientri nell'intervallo di peso normale.

Un'analisi genetica indica solo che c'è la possibilità, ma non è detto che si verificherà sicuramente. Utilizzi il suo documento con i risultati individuali, per portare o mantenere il peso corporeo entro i limiti normali. Utilizzando i consigli pratici indicati in questo documento, può contribuire attivamente alla prevenzione dell'obesità o ad una sana perdita di peso.

Abbiamo esaminato i seguenti geni e SNPs presenti nel suo campione di saliva. I numeri identificativi "rs" presentano i rispettivi SNPs:

- + Gene associato alla massa grassa e all'obesità (FTO): rs9939609
- + Recettore attivato dai proliferatori dei perossisomi (PPARG): rs1801282
- + Apolipoproteina-A2 (APOA2): rs5082
- + Apolipoproteina-A5 (APOA5): rs662799
- + Recettore della leptina (LEPR): rs1137101
- + Recettore adrenergico beta 3 (ADRB3): rs4994
- + Alfa-actinina-3 (ACTN3): rs1815739

In Germania **il 59% di tutti gli uomini** e **il 37% di tutte le donne** sono in sovrappeso. Mentre la nostra dieta, lo stress quotidiano, il sonno, il comportamento sportivo, il consumo di alcol e nicotina e la nostra flora intestinale influenzano in modo significativo il nostro peso, la ricerca degli ultimi anni ha potuto dimostrare che anche i nostri geni svolgono un ruolo importante. Alcune persone hanno una predisposizione genetica a prendere peso. Quanto grande, alla fine, sia l'influenza dei geni sull'insorgenza di condizioni di sovrappeso, non è stato ancora completamente chiarito. Il fatto è che eventuali predisposizioni genetiche possono sicuramente avere un impatto sul proprio peso. In caso di problemi di perdita di peso, si consiglia un'analisi genetica - specialmente per ridurre il rischio di malattie preesistenti, quali il diabete mellito di tipo 2

e le malattie cardiovascolari, che sono in gran parte dovuti all'eccesso di peso.¹

Se i seguenti punti la riguardano, i suoi geni potrebbero avere un ruolo nell'insorgenza di condizioni di sovrappeso e nei problemi legati alla perdita di peso:

- + è stato in sovrappeso per la maggior parte della sua vita..
- + almeno uno dei due genitori è in sovrappeso.
- + fa fatica a perdere peso nonostante l'attività fisica.

Utilizzando i geni esaminati, può, se necessario, tenere conto dei nostri consigli pratici, per ridurre o mantenere il peso corporeo, in modo tale da migliorare il suo stato di salute generale e ridurre il rischio di possibili malattie secondarie.^{2, 3}

Le seguenti informazioni sono state raccolte da un esperto della salute e si basano sulla conoscenza degli attuali risultati della ricerca e consigli generici delle associazioni professionali.

Risultati delle misurazioni

Risultati	Possibile significato dei genotipi
1. Tendenza al sovrappeso	maggiore
2. Senso di sazietà	precoce
3. Sensibilità agli acidi grassi saturi	maggiore
4. Aumento di peso con una dieta ricca di grassi	minimo
5. Resistenza nello sport	alta
6. Tipi di fibre muscolari	Fibre muscolari a contrazione veloce



Alcune espressioni genetiche dei geni FTO, APO A2 e LEPR possono dare un'indicazione delle vostre predisposizioni genetiche per sapere se avete o meno una **predisposizione all'obesità**. Questi geni regolano l'assorbimento dei grassi e dell'energia in generale.⁴⁻⁷

La sua predisposizione genetica al sovrappeso presenta un **rischio potenzialmente elevato**. Prestare attenzione alle raccomandazioni riportate qui di seguito nel **Capitolo 1 "Rischio di essere in sovrappeso"**.

1 **Il test è valido per il periodo di validità del test.** In caso di dubbio, consultare il manuale di istruzioni per il test.

Il test è valido per il periodo di validità del test. In caso di dubbio, consultare il manuale di istruzioni per il test.

2 **Il test è valido per il periodo di validità del test.** In caso di dubbio, consultare il manuale di istruzioni per il test.

Il test è valido per il periodo di validità del test. In caso di dubbio, consultare il manuale di istruzioni per il test.

Vedrai le restanti pagine nel referto dei risultati del tuo test.

3 **Il test è valido per il periodo di validità del test.** In caso di dubbio, consultare il manuale di istruzioni per il test.

Il test è valido per il periodo di validità del test. In caso di dubbio, consultare il manuale di istruzioni per il test.

4 **Il test è valido per il periodo di validità del test.** In caso di dubbio, consultare il manuale di istruzioni per il test.

Il test è valido per il periodo di validità del test. In caso di dubbio, consultare il manuale di istruzioni per il test.

Il test è valido per il periodo di validità del test. In caso di dubbio, consultare il manuale di istruzioni per il test.