



TESTE GENÉTICO SPORT LEVE

www.institutovidaleveoficial.com.br



(48) 99135-5066



institutovidaleveoficial

TESTE GENÉTICO SPORT LEVE

Serão analisados 77 genes relacionados com a sua predisposição genética, a metabolização de nutrientes, o sistema cardiovascular e comportamento dos mesmos em relação à atividade física mais adequada e com menor risco de lesões para uma melhor performance.

Proposta de Valor: (consulta, teste genético e orientação nutricional e genética) R\$ 10 x 128,00 no cartão de crédito

GENES ESPORTIVOS

CARACTERÍSTICAS	ANÁLISE	GENE	POLIMORFISMO
➤ Adesão ao exercício físico	Predisposição para a realização de atividades físicas	Gene: GCKR	rs780094
➤ Lesões musculares sem contato físico -	Predisposição para sofrer lesões musculares sem contato físico	Gene: ACTN3	rs1815739
➤ Lesões no ligamento cruzado -	Suscetibilidade de sofrer lesões no ligamento cruzado	Gene: COL1A1	rs1800012
➤ Lesões nos músculos isquiotibiais -	Predisposição para sofrer lesões nos músculos isquiotibiais	Gene: MMP3	rs679620
➤ Tempo de recuperação após lesão muscular -	Predisposição para maior tempo de recuperação após lesão muscular	Gene: ACTN3	rs1815739
➤ Tendinopatia de Aquiles -	Risco de desenvolvimento de tendinopatia de Aquiles	Gene: MMP3	rs679620
➤ Danos musculares induzidos pela prática de atividade física -	Predisposição para danos musculares após a prática de atividade física de alta intensidade	Gene: SOD2	rs4880
➤ Densidade óssea (força dos ossos) -	Predisposição para maior ou menor densidade óssea	Gene: WNT16	rs2707466
➤ Desempenho em salto em distância e corrida de velocidade -	Predisposição para melhor desempenho em salto em distância e corrida de velocidade	Gene: BDNF	rs6265
➤ Osteoartrite de joelho -	Predisposição para desenvolver osteoartrite de joelho	Gene: MCF2L	rs11842874
➤ Osteoartrite de quadril -	Predisposição para desenvolver osteoartrite de quadril	Gene: IL1B	rs16944
➤ Osteoporose -	Proteção contra o desenvolvimento da osteoporose	Gene: VDR	rs1544410

➤ Performance atlética -	Melhor desempenho em atividades de longa duração ou em atividades que requerem força e contrações musculares rápidas	Gene: <i>ACTN3</i>	rs1815739
➤ Força muscular -	Predisposição para maior ou menor força muscular	Gene: <i>CNTF</i>	rs1800169
➤ Ganho de massa muscular -	Predisposição para o ganho de massa muscular	Gene: <i>PPARD</i>	rs2267668
➤ Gasto energético -	Suscetibilidade para gasto energético e dificuldade na perda de peso	Gene: <i>ADRB3</i>	rs4994
➤ Habilidade esportiva -	Predisposição mais ou menos favorável para habilidade esportiva	Gene: <i>PPARGC1A</i>	rs8192678
➤ Benefício da atividade física na redução dos sintomas depressivos -	Predisposição para redução de sintomas depressivos com a prática de atividade física	Gene: <i>BDNF</i>	rs6265
➤ Eficiência da contração muscular em resposta à prática de atividades físicas -	Predisposição para aumentar a eficiência da contração muscular após treinamento físico	Gene: <i>UCP2</i>	rs659366
➤ Resistência Física -	Diferentes capacidades de captação de oxigênio e diferentes níveis de resistência física	Gene: <i>NFIA-AS2</i>	rs1572312
➤ Resistência física em atividades físicas de longa duração -	Predisposição para tempo de corrida mais rápido e maior resistência física	Gene: <i>ADRB2</i>	rs1042713
➤ Resistência Muscular -	Resistência muscular em exercícios físicos de alta intensidade	Gene: <i>PPARA</i>	rs4253778

GENES CARDIOVASCULARES

CARACTERÍSTICAS	ANÁLISE	GENE	POLIMORFISMO
➤ Capacidade Cardiorrespiratória (variante rs1042713) -	Predisposição para maior ou menor capacidade respiratória	Gene: <i>ADRB2</i>	rs1042713
➤ Capacidade cardiorrespiratória (variante rs6552828) -	Predisposição para maior ou menor capacidade respiratória	Gene: <i>ACSL1</i>	rs6552828
➤ Infarto do miocárdio -	Risco de desenvolver infarto do miocárdio	Gene: <i>ITGB3</i>	rs5918
➤ Colesterol basal	Suscetibilidade para níveis elevados de colesterol basal	Gene: <i>PPARD</i>	rs2016520

➤ Comprimento dos telômeros	Maior ou menor predisposição para envelhecimento tardio	Gene: Próximo ao gene <i>RTEL1</i>	rs755017
➤ Recuperação da frequência cardíaca após o exercício -	Recuperação da frequência cardíaca após a prática de exercício físico intenso	Gene: <i>CHRM2</i>	rs324640
➤ Redução da pressão arterial em resposta à prática de atividades físicas -	Predisposição para redução da pressão arterial após treinamento físico	Gene: <i>EDN1</i>	rs5370
➤ Risco para parada cardíaca	Predisposição para paradas cardíacas	Gene: <i>BAZ2B</i>	rs4665058
➤ Redução dos níveis de colesterol total em resposta ao exercício físico -	Predisposição para redução dos níveis de colesterol total em resposta ao exercício físico	Gene: <i>PPARD</i>	rs2267668

GENES NUTRICIONAIS

CARACTERÍSTICA	ANÁLISE	GENE	POLIMORFISMO
➤ Consumo de doces -	Predisposição para consumir uma quantidade maior ou menor de doces	Gene: <i>FGF21</i>	rs838133
➤ Diabetes tipo 2 -	Risco de desenvolver diabetes tipo 2	<i>TCF7L2</i> <i>TCF7L2</i> <i>TCF7L2</i> <i>TCF7L2</i> <i>TCF7L2</i> <i>TCF7L2</i> <i>TCF7L2</i> <i>TCF7L2</i> <i>TCF7L2</i> <i>TCF7L2</i>	rs35011184 rs17747324 rs12243326 rs56087297 rs12255372 rs4575195 rs4132670 rs7903146 rs7901695 rs7074440
➤ Duração do sono -	Predisposição para maior ou menor duração do sono	Gene: <i>ABCC9(SUR2)</i>	rs11046205
➤ Eficácia da dieta low carb -	Predisposição para IMC elevado com a adoção de uma dieta low carb	Gene: <i>FTO</i>	rs9939609
➤ Eficácia da dieta mediterrânea -	Predisposição para perda de peso com a dieta mediterrânea	Gene: <i>PPARG</i>	rs1801282

➤ Eficácia das dietas low fat e high fat -	Predisposição para perda de peso com as dietas low fat e high fat ou apenas com a dieta low fat	<i>Gene: TCF7L2</i>	<i>rs7903146</i>
➤ Anemia por deficiência de ferro (sexo Feminino) -	Predisposição para o desenvolvimento de anemia entre mulheres	<i>Gene: HIST1H2BJ</i>	<i>rs13194491</i>
➤ Armazenamento de gordura -	Predisposição para armazenamento de gordura corporal	<i>Gene: FTO</i>	<i>rs1421085</i>
➤ Folato (Vitamina B9 – variante A1298C) -	Predisposição para níveis reduzidos de folato	<i>Gene: MTHFR</i>	<i>rs1801131</i>
➤ Folato (Vitamina B9 - variante C677T) -	Predisposição para níveis reduzidos de folato	<i>Gene: MTHFR</i>	<i>rs1801133</i>
➤ Fome emocional -	Predisposição para o desenvolvimento da fome emocional	<i>Gene: FTO</i>	<i>rs9939609</i>
➤ Hipercolesterolemia familiar -	Predisposição para desenvolver hipercolesterolemia familiar	<i>Gene: APOB</i>	<i>rs5742904</i>
➤ Índice de Massa Corporal (IMC) -	Predisposição para IMC elevado	<i>Gene: FTO</i>	<i>rs9939609</i>
➤ Inflamação -	Predisposição normal ou aumentada para ou desenvolvimento de doenças inflamatórias	<i>Gene: IL6</i>	<i>rs1800795</i>
➤ Ingestão de Açúcares -	Predisposição para a ingestão de açúcares em quantidades mais elevadas	<i>Gene: SLC2A2</i>	<i>rs5400</i>
➤ Intolerância à Lactose -	Risco de intolerância à lactose	<i>Gene: MCM6</i>	<i>rs4988235</i>
➤ Lipedema (sexo feminino) -	Maior ou menor predisposição para desenvolver lipedema	<i>Gene: Próximo aos genes NHLRC3e NXT1P1</i>	<i>rs1409440</i>
➤ Longevidade -	Indica a expectativa de vida	<i>Gene: TOMM40</i>	<i>rs2075650</i>
➤ Manutenção de resultados após intervenção para perda de peso -	Predisposição para recuperação de peso após intervenção clínica	<i>Gene: PPARG</i>	<i>rs1801282</i>

➤ Metabolismo da Cafeína -	Metabolismo aumentado ou diminuído de cafeína e tempo de eliminação da substância pelo organismo	<i>Gene: CYP1A2</i>	<i>rs762551</i>
➤ Metabolismo da Glicose -	Predisposição para desenvolver diabetes tipo 2	<i>Gene: TCF7L2</i>	<i>rs12255372</i>
➤ Níveis de Cálcio -	Predisposição para níveis elevados de cálcio	<i>Gene: CASR</i>	<i>rs1801725</i>
➤ Níveis de ferro -	Predisposição para níveis elevados de ferro	<i>Gene: HFE</i>	<i>rs1799945</i>
➤ Níveis de LDL -	Níveis de LDL não alterados ou alterados quando há consumo de uma dieta baixa em gorduras insaturadas	<i>Gene: FADS1</i>	<i>rs174547</i>
➤ Obesidade -	Suscetibilidade de desenvolver obesidade	<i>Gene: Próximo ao gene MC4R</i>	<i>rs12970134</i>
➤ Ômega 3 -	Predisposição para níveis mais altos ou mais baixos de DHA no sangue	<i>Gene: NOS3</i>	<i>rs1799983</i>
➤ Qualidade do sono -	Suscetibilidade para desenvolver distúrbios que afetam a qualidade do sono (associado ao uso de cannabis)	<i>Gene: FAAH</i>	<i>rs324420</i>
➤ Reação ao Alcool -	Capacidade de metabolizar o acetaldeído	<i>Gene: ALDH2</i>	<i>rs671</i>
➤ Redução do IMC e da circunferência abdominal em resposta à prática de atividades físicas -	Predisposição para redução do IMC e da circunferência abdominal com a prática de atividades físicas	<i>Gene: FTO</i>	<i>rs1121980</i>
➤ Risco de obesidade -	Risco para obesidade.		
➤ Sensação de saciedade -	Sensação de saciedade após a ingestão de alimentos	<i>Gene: FTO</i>	<i>rs9939609</i>
➤ Sensibilidade à Cafeína -	Predisposição para aumento da ansiedade após consumo de cafeína	<i>Gene: ADORA2A</i>	<i>rs4822492</i>
➤ Sensibilidade à dor -	Predisposição para maior ou menor sensibilidade à dor	<i>Gene: COMT</i>	<i>rs6269</i>
➤ Sensibilidade ao Sódio -	Menor ou maior suscetibilidade de desenvolver hipertensão com o consumo de sódio	<i>Gene: GNB3</i>	<i>rs5443</i>
➤ Síndrome metabólica -	Suscetibilidade para desenvolver síndrome metabólica	<i>Gene: TNF-alfa</i>	<i>rs1800629</i>

➤ Sobrecarga de Ferro -	Risco de sobrecarga de ferro	Gene: <i>HFE</i>	rs1800562
➤ Sobrepeso e obesidade -	Suscetibilidade ao sobrepeso e obesidade (associado ao uso de cannabis)	Gene: <i>FAAH</i>	rs324420
➤ Vitamina A -	Atividade enzimática reduzida ou normal para a conversão de betacaroteno em vitamina A (retinol)	Gene: <i>BCMO1</i>	rs7501331
➤ Vitamina B12	Níveis séricos maiores ou menores de vitamina B12 ativa	Gene: <i>TCN2</i>	rs9606756
➤ Vitamina B6 -	Indica genótipo de risco de baixa de vitamina B6	Gene: <i>ALPL</i>	rs1256335
➤ Vitamina C -	Predisposição para níveis reduzidos de vitamina C	Gene: <i>SLC23A1</i>	rs11950646
➤ Vitamina D -	Indica genótipo de risco de baixa de vitamina D	Gene: <i>GC</i>	rs7041
➤ Vitamina E -	Predisposição para níveis elevados de vitamina E	Gene: <i>ZPR1</i>	rs964184
➤ Vitamina K -	Indica genótipo de risco de baixa de vitamina K	Gene: <i>VKORC1</i>	rs7294