

DNA e ANTI-INVECCHIAMENTO

VALUTAZIONE DEI RISULTATI DEL PANNELLO TEST

ROSSI MARIO

Premesse

La conoscenza del proprio profilo genetico in ambito nutrizionale permette di individuare gli alimenti e/o integrazioni più affini alle predisposizioni individuali, che andranno quindi aumentati nel proprio piano nutrizionale, e quelli meno idonei il cui introito dovrà essere diminuito per prevenire determinate condizioni verso cui si è “geneticamente predisposti”.

Tutte le informazioni genetiche vengono tradotte in consigli nutrizionali e di integrazione naturale in maniera assolutamente personalizzata, questo innovativo approccio permette l'intervento più mirato possibile in termini di anti-invecchiamento.

Il pannello prevede lo screening del metabolismo dell'acido folico e della vitamina D, la predisposizione all'infiammazione generalizzata e ad un efficace anti-ossidazione, lo stato di idratazione e di elasticità della pelle, la sua capacità di protezione verso gli agenti esterni quali l'esposizione al sole, la predisposizione ad accumulare tessuto adiposo in zone specifiche del corpo (fianchi, glutei, zona dell'addome).

Attraverso questo test sarà possibile prevedere un'alimentazione personalizzata, che prevenga o rallenti tutti i processi di invecchiamento fisiologico, alla quale affiancare una opportuna integrazione e eventuali trattamenti specifici e mirati.

Metabolismo dell'Acido Folico (MTHFR)

Lo screening genetico permette di evidenziare una carenza di Acido folico che si traduce non solo in fattore di rischio per l'età fertile ma anche come importante parametro per la predisposizione verso le patologie cardiovascolari.

Questo polimorfismo comporta una riduzione dell'attività enzimatica della MTHFR di circa il 50%, una delle cause più importanti della carenza di Acido folico che influenza l'insorgenza di molti disturbi legati all'invecchiamento, tra questi una non corretta vascolarizzazione dei tessuti.

Nello specifico il test è risultato **POSITIVO**,

[REDACTED]

REFER

Metabolismo della Vitamina D (VDR)

Un cattivo funzionamento del recettore della vitamina D (VDR), dovuto alla presenza di polimorfismi di origine genetica, può produrre diversi effetti negativi che si traducono in invecchiamento fisiologico precoce. Tra questi i più importanti sono: aumentato rischio di fratture, aumentato rischio di danni all'apparato muscolo-scheletrico, aumentato rischio di patologie autoimmuni, infezioni acute, aumento del rischio cardiovascolare, aumentato rischio di sindrome metabolica e diabete tipo2, aumentato rischio di stati alterati dell'umore. La Vitamina D inoltre regola tutti i processi del rinnovamento cellulare della pelle, una sua carenza si traduce in un invecchiamento precoce della cute ed in una minore efficienza dei sistemi di riparazione dei danni quotidianamente subiti dalle cellule.

Nello specifico il test è risultato **POSITIVO**,

[REDACTED]

REFERITO

Controllo dello stato Infiammatorio generalizzato (TNF-alfa)

Gli effetti che i raggi UV producono sulla pelle sono ben noti. Lo stato d'infiammazione cronica, che viene a instaurarsi a livello dell'epidermide, ha come effetto finale la disgregazione del tessuto e quindi la comparsa dei segni del tempo tipici del foto-invecchiamento. Un ruolo chiave in questo processo è svolto dal TNF- α . La sua sovra-espressione da parte delle cellule del derma è, infatti, un meccanismo di risposta anomala alle radiazioni solari e rappresenta un punto chiave nell'attivazione della cascata infiammatoria a carico della pelle. L'attivazione di uno stato infiammatorio cronico determina, come effetto finale, la perdita dell'equilibrio fisiologico che porta alla comparsa precoce dei segni del tempo e anche di inestetismi cutanei come la cellulite. Conoscere i meccanismi regolatori che possono portare all'attivazione di uno stato infiammatorio prolungato può rappresentare uno step fondamentale per la prevenzione e il trattamento dei disturbi correlati.

Nello specifico il test è risultato **POSITIVO**,

REFERITO

Test per l'elasticità cutanea (MMP3/COL1)

La maggior parte dei cambiamenti, che si verificano con l'avanzare dell'età nella nostra pelle colpiscono il derma. Il derma è uno dei tre strati che costituiscono la pelle e svolge un ruolo fondamentale di sostegno ma anche di nutrimento per la presenza al suo interno di vasi sanguigni e linfatici. Una importante causa della perdita dello spessore e della riduzione dell'elasticità cutanea è dovuta ad un rallentamento della sintesi di collagene da parte delle cellule del derma che risentono di diversi fattori tra cui l'infiammazione, lo stress ossidativo ma anche i livelli ormonali. La riduzione dei livelli di estrogeni, che si osserva in donne nel periodo post-menopausa, per esempio, determina una forte riduzione di sintesi di collagene. Due fondamentali geni associati alla comparsa di alterazioni della matrice di collagene, che portano alla perdita delle proprietà strutturali ed elastiche della pelle, sono COL1A1 e MMP3.

Nello specifico il test è risultato **NEGATIVO**,

Risposta allo stress ossidativo (SOD3/NQO1)

La teoria più diffusa sulla fisiopatologia dell'invecchiamento parte dall'osservazione che le cellule dell'organismo sono danneggiate dall'eccessiva produzione di radicali liberi e dalla diminuzione dell'attività dei sistemi antiossidanti, che si verifica durante il corso della vita, portando ad un eccesso di reazioni tossiche dannose per la cellula. Il gene NQO1 svolge la sua azione producendo importanti molecole anti-invecchiamento tra i quali il Coenzima Q10, contribuendo, così a mantenere un corretto funzionamento di tutti i processi anti-ossidanti. E' stato dimostrato che la perdita di funzione o una ridotta attività di NQO1 e di SOD3 determina l'assottigliamento precoce dell'epidermide e alterazioni della pigmentazione, entrambi effetti riconducibili anche ai processi dell'invecchiamento fisiologico.

Nello specifico il test è risultato **POSITIVO**.

[REDACTED]

REFERITO

Test per l'adiposità localizzata (TFAP2B)

Normalmente l'eccesso adiposo localizzato richiede trattamenti medici o chirurgici per armonizzare la figura corporea ma la conoscenza della fisiopatologia di questo tessuto ci permette di studiare trattamenti innovativi per ottenere il miglior risultato estetico. Il tessuto adiposo presenta un elevato metabolismo e il grasso immagazzinato può svolgere nel nostro organismo diverse funzioni. Il gene TFAP2B produce una proteina particolarmente presente nel tessuto adiposo, se la proteina è prodotta in maniera anomala si determina un accumulo maggiore di acidi grassi nelle cellule con un conseguente aumento di depositi di grasso e un parallelo aumento dello stato infiammatorio. Alterazioni nei livelli di espressione di TFAP2B, a causa della presenza del polimorfismo, sono correlati significativamente ad elevati valori di BMI, alla predisposizione all'obesità e all'accumulo di tessuto adiposo in zone circoscritte del corpo, in particolare fianchi e glutei.

Nello specifico il test è risultato **NEGATIVO**.

REFERITO

Test per la sensibilità al sole (MC1R)

Numerosi studi evidenziano il ruolo chiave che il gene codificante per MC1R svolge nel foto-invecchiamento, vale a dire in tutti quei processi di invecchiamento fisiologico dovuti all'esposizione alla luce solare a cui siamo sottoposti quotidianamente. Polimorfismi presenti su questo gene sono fattori che aggravano in modo severo il processo d'invecchiamento indotto dalla radiazione solare in quanto le cellule presentano minori barriere difensive verso questo agente esterno.

Nello specifico il test è risultato **NEGATIVO**.

REFERITO ESEMPIO

Test per lo stato di idratazione cutanea (FLG/AQP3)

L'integrità funzionale e le caratteristiche estetiche di morbidezza e levigazione della pelle sono direttamente correlate al grado d'idratazione. Negli ultimi anni sono stati fatti numerosi studi per chiarire i complessi meccanismi che sono alla base dell'idratazione della pelle e sono state identificate numerose molecole fondamentali sia nel mantenimento dell'idratazione sia nella corretta deposizione di cheratina sul derma. Tra queste le più importanti sono la filaggrina (FLG) e l'acquaporina (AQP3). Polimorfismi del gene FLG possono causare alterazioni nella barriera cutanea dando luogo a ridotta idratazione, all'ingresso di allergeni, sostanze chimiche e ambientali che portano a processi infiammatori locali. Polimorfismi a carico di questo gene si associano anche ad un aumento del rischio di sviluppare dermatiti da contatto o atopiche e ad una maggiore sensibilità al nichel. AQP3 facilita l'ingresso di acqua nelle cellule, un polimorfismo a questo livello porta ad una ridotta capacità della pelle di trattenere correttamente l'acqua.

Nello specifico il test è risultato **POSITIVO**.

REFERITO

Indicazioni nutrizionali relative alle positività riscontrate

Polimorfismo MTHFR

Gli alimenti sotto indicati vengono segnalati in considerazione del loro elevato contenuto naturale di Acido Folico biodisponibile e di facile utilizzo nella normale alimentazione:

In considerazione della positività genetica riscontrata è opportuno aumentare il consumo di:

[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]

ATTENZIONE:

Non inserire negli stessi pasti gli alimenti sopra indicati insieme a:

[REDACTED]

Integrazioni consigliate:

(introito complessivo di micronutrienti/oligoelementi apportati anche attraverso il regime nutrizionale):

[REDACTED]

Indicazioni nutrizionali relative alle positività riscontrate

Test VDR

Gli alimenti sotto indicati vengono segnalati in considerazione del loro elevato contenuto di Vitamina D e Calcio, fondamentali per un adeguato introito di questi micronutrienti quando il test genetico è risultato positivo. Sono inoltre facilmente utilizzabili all'interno di un normale piano nutrizionale.

In considerazione della positività genetica riscontrata è opportuno aumentare il consumo di:

[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]

ATTENZIONE:

Non inserire negli stessi pasti gli alimenti sopra indicati insieme a:

[REDACTED]

Integrazioni consigliate (introito complessivo di micronutrienti/oligoelementi apportati anche attraverso il regime nutrizionale):

[REDACTED]
[REDACTED]

Indicazioni nutrizionali relative alle positività riscontrate

Test TNF-alfa

Gli alimenti sotto elencati vengono segnalati in considerazione della loro potente ed efficace azione anti-infiammatoria e della loro estrema biodisponibilità. Sono facilmente utilizzabili all'interno di un piano nutrizionale bilanciato secondo lo schema indicato:

In considerazione della positività genetica riscontrata è opportuno aumentare il consumo di:

[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]

ATTENZIONE:

Limitare l'uso degli alimenti sotto indicati per le loro proprietà pro-infiammatorie

[REDACTED]

Integrazioni consigliate (introito complessivo di micronutrienti/oligoelementi apportati anche attraverso il regime nutrizionale):

[REDACTED]
[REDACTED]
[REDACTED]

Indicazioni nutrizionali relative alle positività riscontrate

Polimorfismo gene SOD

Si consiglia di aumentare l'introito degli alimenti sotto indicati sia per il loro elevato contenuto di antiossidanti naturali, in grado di contrastare l'effetto del polimorfismo genetico positivo, e di rapida assimilazione da parte dell'organismo.

In considerazione della positività genetica riscontrata è opportuno aumentare il consumo di:

[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]

ATTENZIONE:

Limitare l'uso degli alimenti di seguito indicati a causa del loro contenuto di ossalati:

[REDACTED]

Integrazioni consigliate (introito complessivo di micronutrienti/oligoelementi apportati anche attraverso il regime nutrizionale):

[REDACTED]
[REDACTED]
[REDACTED]

Indicazioni nutrizionali relative alle positività riscontrate

Test FLG/AQP3

E' opportuno aumentare il consumo degli alimenti sotto indicati in considerazione del loro elevato contenuto di Vitamine del gruppo B e di acidi grassi omega 3 e 6. Altri nutrienti indispensabili sono quelli che svolgono un'azione antiossidante, come, per esempio alimenti ricchi di Vitamina C, di Vitamina E di Vitamina A.

In considerazione della positività genetica riscontrata è opportuno aumentare il consumo di:

[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]
[REDACTED]	[REDACTED]

ATTENZIONE:

Limitare il più possibile l'utilizzo degli alimenti sotto indicati a causa della loro azione pro-infiammatoria e perché favoriscono lo stress ossidativo:

[REDACTED]

Integrazioni consigliate (introito complessivo di micronutrienti/oligoelementi apportati anche attraverso il regime nutrizionale):

[REDACTED]
[REDACTED]
[REDACTED]
[REDACTED]
[REDACTED]

Le indicazioni relative alla gestione di questi alimenti sono riportate nelle pagine precedenti e riassunte nel piano nutrizionale indicativo associato al referto.

Il direttore tecnico

Dott.ssa Carnesecchi Francesca



L'operatore

Dott.ssa Baldeschi Elena

