

Wellness Check

Estudio genético de metabolismo, nutrición y bienestar



Cada día más personas están concienciadas sobre la importancia de llevar un estilo de vida saludable con el fin de prevenir enfermedades antes de su aparición, esta es la base de la Medicina Preventiva Personalizada.

Nutrición y genética

La genética influye de manera relevante en la manera de metabolizar los alimentos que ingerimos y por lo tanto en el efecto que tienen en el organismo. Ajustar la dieta en función de la genética nos permite optimizar nuestra salud, con el fin de prevenir alteraciones que nos causen malestar y el desarrollo de enfermedades.

Para conseguir una alimentación personalizada que permita mejorar la salud de cada persona, es necesario conocer los factores genéticos que regulan las diferentes vías metabólicas.

Un aspecto muy importante sobre el impacto del entorno en nuestro organismo es el **estrés oxidativo**. El desequilibrio entre prooxidantes y antioxidantes puede conducir al daño de tejidos y órganos y está involucrado en el desarrollo de numerosas enfermedades cardiovasculares, neurológicas, degenerativas etc.

La **inflamación** es un mecanismo de defensa natural en el organismo, pero una respuesta inflamatoria excesiva puede tener consecuencias negativas en la salud, colaborando al desarrollo de enfermedades autoinmunes, metabólicas, cardiovasculares y enfermedades neurológicas tales como el autismo.



La presencia de **intolerancias metabólicas a alimentos como el gluten o la lactosa**, pueden desencadenar sintomatología adversa que empeora la calidad de vida de los pacientes. Existe una clara relación entre pacientes con autismo y celiaquía, por lo que detectar alteraciones metabólicas en estos pacientes permite mejorar su calidad de vida con un abordaje nutricional.

Wellness Check es un perfil genético que evalúa diferentes vías metabólicas relacionadas con la nutrición para preservar y mejorar nuestra salud.

A través de la nutrición y el entorno nos exponemos a la entrada de sustancias tóxicas que deben ser eliminadas del organismo mediante la vía de **detoxificación** hepática, conocer la eficiencia de este mecanismo nos permite adaptar nuestro estilo de vida para minimizar la exposición a sustancias tóxicas. La acumulación de tóxicos en el organismo está relacionada con diferentes enfermedades como el asma, alergias o trastornos del neurodesarrollo.

La prevención de las enfermedades cardiovasculares es fundamental debido a su alto impacto en la población.

Una mayor predisposición a la hipertensión por **sensibilidad a la sal** o un **metabolismo de la homocisteína** alterado, son factores que suponen un mayor riesgo cardiovascular. Asimismo, los niveles individuales de **colesterol** y triglicéridos se ven influenciados no únicamente por la dieta, sino también por la genética de cada persona, por lo que conocer si presentamos un mayor riesgo de tener niveles elevados de estos lípidos puede ayudar a ajustar nuestra dieta de manera acorde.

Perfil genético Wellness Check

El test genético **Wellness Check** permite conocer la predisposición genética de regulación del metabolismo y otros procesos relacionados con la nutrición para ajustar la dieta de manera personalizada.

El análisis genético determina variantes genéticas en 24 genes relacionadas con:

- Colesterol y perfil lipídico
- Intolerancia a lactosa
- Celiaquía
- Sensibilidad a la sal
- Metabolización del alcohol
- Metabolización de la cafeína
- Riesgo de Osteoporosis
- Detoxificación hepática
- Estrés oxidativo
- Respuesta inflamatoria
- Metabolismo de la homocisteína

El informe del perfil genético **Wellness Check** facilita recomendaciones personalizadas, tanto a nivel de nutrición como de otros factores de estilo de vida.

Indicaciones

El perfil genético **Wellness Check** está indicado en:

- Aquellas personas que deseen mantener y mejorar su estado de salud actual, previniendo, en la medida de lo posible, las enfermedades crónicas frecuentes de la edad adulta.
- Personas con antecedentes familiares de enfermedades frecuentes de la edad adulta.
- Personas con alteraciones de neurodesarrollo o enfermedades crónicas, con el fin de mejorar la calidad de vida mediante la nutrición.

Requisitos

No es necesario estar en ayunas ni preparación especial.

Muestra: 1 tubo de 5 ml de sangre total EDTA ó 2 hisopos de raspado bucal en kit específico.

Documentación: Peticionario y consentimiento informado específicos.