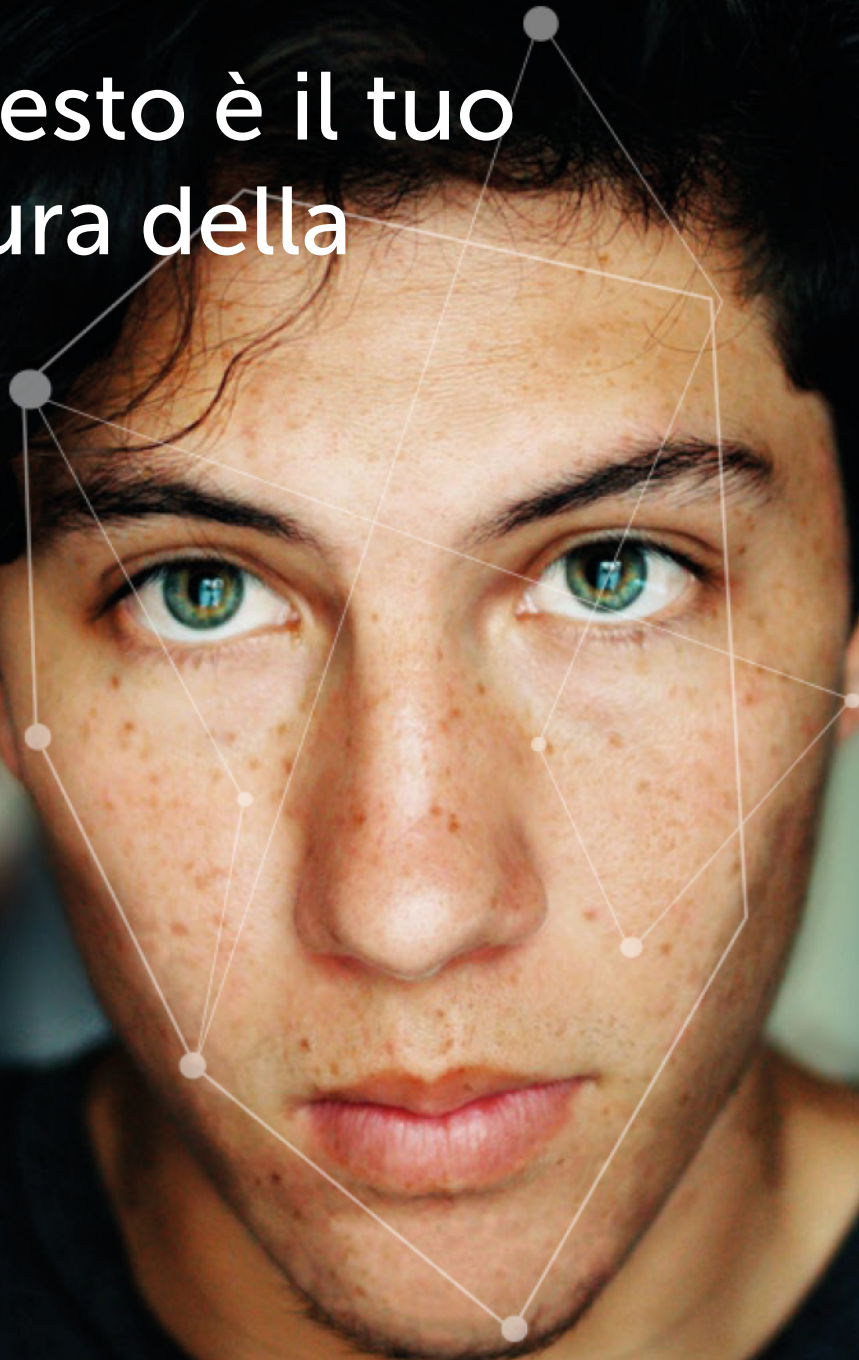


24Genetics



Mike, questo è il tuo
test di cura della
pelle





Indice dei contenuti

1. Introduzione	3
1.1. Metodologia che utilizziamo per il vostro rapporto	3
1.2. Domande frequenti	5
2. Sommario	5
3. Risultati genetici	7
3.1. Come comprendere i risultati?	7
3.2. I tuoi risultati genetici	8



1. Introduzione

Nelle pagine seguenti ti offriamo la relazione riguardante la genetica della pelle derivata dall'analisi del tuo DNA. Tramite questa relazione otterrai informazioni dettagliate sul rapporto esistente tra i tuoi geni e la tua pelle.

Grazie al sequenziamento del tuo DNA e alla sua analisi successiva, conoscerai la risposta della tua pelle a diversi fattori, conoscerai la sua propensione ad invecchiare, presentare arrossamenti, lentiggini, vene varicose e persino cellulite... La relazione che hai tra le mani ti aiuterà, ad esempio, a utilizzare le creme più appropriate in base al tuo tipo di pelle, ottimizzando così i risultati dei consueti trattamenti dermatologici.

La relazione consiste in una presentazione generale di ciascuna sezione, seguita dalle tue analisi personalizzate. Per una migliore visualizzazione, abbiamo specificato ogni concetto in base a un sistema di icone che indica graficamente il bilancio dei tuoi risultati.

Le informazioni genetiche fornite in questa relazione sono valide solo per scopi di ricerca, informazione ed educazione. In nessun caso sono valide per un uso clinico.

Ti ricordiamo che qualsiasi cambiamento tu voglia fare in relazione con la tua dieta o i tuoi trattamenti dermatologici deve essere concordato con dei professionisti della salute. Di qualsiasi dubbio tu possa avere su qualsiasi test genetico, dovrai parlarne con il personale sanitario esperto in Diagnosi Genetica o Dermatologi Specializzati.

1.1. Domande e risposte

Devo apportare drastici cambiamenti al trattamento della mia salute con i dati di questo test?

No, qualsiasi cambiamento che tu voglia fare in relazione alla tua salute deve essere analizzato da un genetista esperto e con i medici specializzati. Qualsiasi dubbio relativo a qualsiasi test genetico deve essere messo a confronto con professionisti sanitari esperti in Diagnosi Genetica.

Dipende tutto dai miei geni?

No, il nostro corpo risponde a molte condizioni. I nostri geni sono indubbiamente un parametro importante. Lo stile di vita, lo sport, l'alimentazione e molte altre circostanze influenzano il nostro corpo. Conoscere bene se stessi aiuta di certo a trattare il corpo nel modo più adatto. Questo è quello che, ad oggi, è in grado di portarti la genetica: una maggiore conoscenza.

Tutti i geni analizzati si trovano negli elenchi delle sezioni?

Abbiamo incluso solo un campione dei geni che abbiamo analizzato, alcune delle sezioni sono determinate dall'analisi di più geni che non abbiamo indicato nella relazione. I nostri algoritmi combinano i tuoi genotipi con i marcatori analizzati.



Su cosa si basa questa relazione?

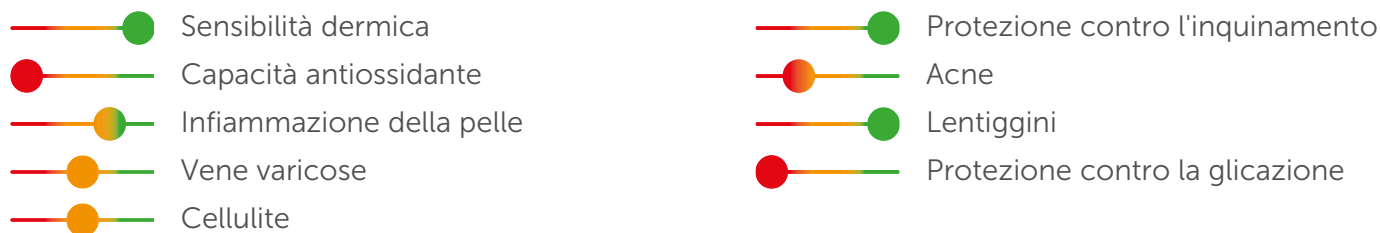
Questo test si basa su diversi studi genetici consolidati a livello internazionale e accettati dalla comunità scientifica. Esistono determinati organismi e database scientifici in cui si pubblicano studi in cui esiste un certo livello di consenso. I nostri test genetici vengono effettuati applicando tali studi al genotipo dei nostri clienti. In ogni sezione vedrai alcuni degli studi su cui si basa. Ci sono sezioni in cui vengono utilizzati più studi rispetto a quelli elencati.

Le informazioni genetiche fornite in questa relazione sono valide solo per scopi di ricerca, informazione ed educazione. In nessun caso sono valide per un uso clinico.



2. Sommario

Cura della pelle



Il sole e la tua pelle



Nutri la tua pelle

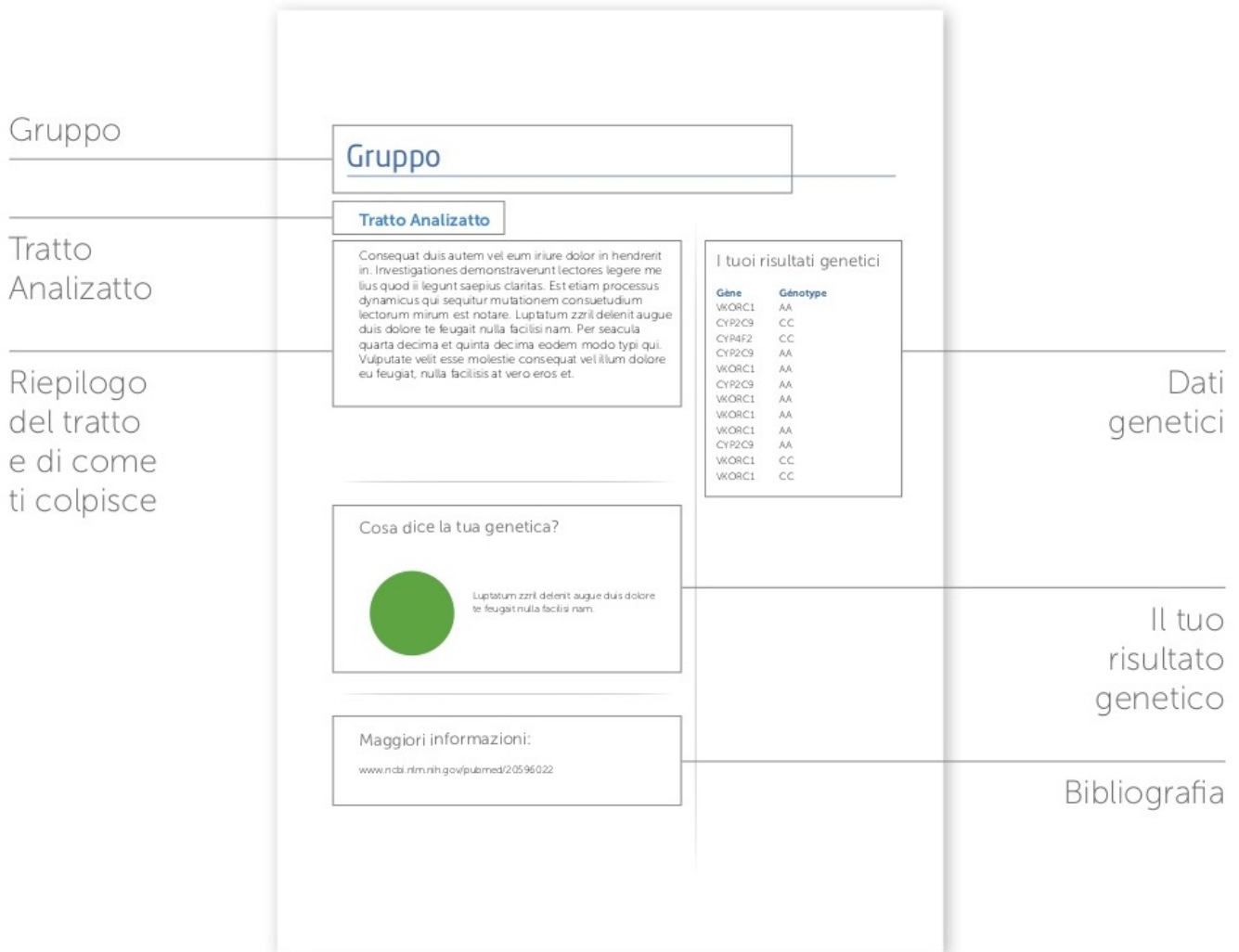


Simboli:

- Il tuo genotipo è favorevole.
- Il tuo genotipo è moderatamente favorevole.
- Il tuo genotipo è neutro.
- Il tuo genotipo è moderatamente sfavorevole.
- Il tuo genotipo è sfavorevole.



3.1. Come comprendere i risultati?



3.2. Il tuo risultato genetico



Cura della pelle

Sensibilità dermica

La pelle agisce come una barriera permeabile che impedisce l'ingresso di agenti patogeni nocivi e tossine. Una risposta immunitaria iperattiva agli allergeni e carenze nella protezione contro le tossine ambientali, contribuiscono al rischio complessivo di sensibilità della pelle. In alcuni casi, la sensibilità della pelle dà luogo a dermatite atopica o eczema, che è il problema della pelle più comune, con una prevalenza fino al 20% nei bambini e fino al 3% negli adulti nei paesi sviluppati. Le persone che vivono nelle città e nei climi secchi sono più sensibili a questa malattia. La dermatite atopica è caratterizzata da pelle molto secca e lesioni infiammatorie, che spesso si infettano a causa di batteri e virus. È importante consultare un dermatologo se presenti questi sintomi.

I fattori genetici e ambientali sembrano essere la causa di una maggiore sensibilità cutanea. Il rischio complessivo è calcolato utilizzando i risultati di un ampio studio in cui abbiamo individuato una serie di varianti genetiche associate ad un aumentato rischio.

I tuoi risultati genetici

Gene	Genotipo
IL18	CG
ADAD1	GG
EPHX1	TC

Cosa dice la tua genetica?



Hai varianti genetiche associate a una normale sensibilità della pelle.

Maggiori informazioni:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4805319/>



Cura della pelle

Protezione contro l'inquinamento

L'inquinamento ambientale provoca segni di invecchiamento della pelle, macchie scure e infiammazione. Due importanti enzimi (EPHX1 e NQO1) proteggono la pelle e il corpo dalle sostanze chimiche estranee altamente reattive (epossidi e chinoni). L'enzima EPHX1 impedisce l'assorbimento di epossidi trasformandoli in forme idrosolubili meno reattive. L'enzima NQO1 trasforma il coenzima Q10 (ubichinone) nella sua forma ridotta, l'ubichinolo, che cattura i radicali liberi nei mitocondri e nella membrana lipidica della pelle. Questo enzima disintossica i chinoni quando li converte in forme ridotte che possono essere escrete. Nella pelle, entrambi gli enzimi svolgono un ruolo importante nell'impedire che lo strato esterno (epidermide) assorba le tossine.

Delle variazioni genetiche nel gene EPHX1 possono provocare una carenza nella sua funzione e nel gene NQO1 diminuire la produzione di ubichinolo. Le persone con livelli ridotti di questi due enzimi hanno la protezione della pelle contro tossine ambientali significativamente ridotta.

I tuoi risultati genetici

Gene	Genotipo
EPHX1	TC
NQO1	GG

Cosa dice la tua genetica?



Hai una buona protezione contro gli agenti esterni che possono causare danni alla tua pelle.

Maggiori informazioni:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4868095/>



Cura della pelle

Capacità antiossidante

Un equilibrio tra i radicali liberi e gli antiossidanti è necessario per una corretta funzione fisiologica, così come per una pelle sana e dall'aspetto giovane. Nella pelle, l'aumento dei radicali liberi (chiamato stress ossidativo) causa la rottura del collagene - supporto strutturale pelle - e altera il ciclo di rigenerazione delle cellule, portando ad invecchiamento precoce (colorito spento, macchie e struttura non uniforme) danneggiando proteine e lipidi. I radicali liberi possono interessare tutti gli strati della pelle (ipoderma, derma e epidermide, particolarmente vulnerabile). Il meccanismo antiossidante presente nella pelle si attiva quando c'è uno stress ossidativo, trasformando i radicali liberi dannosi in prodotti meno nocivi. Gli antiossidanti sono la naturale difesa del nostro corpo per minimizzare il danno causato dai radicali liberi e possono drasticamente ridurre alcuni segni dell'invecchiamento: ridurre le rughe e preservare la naturale lucentezza della pelle. Variazioni genetiche che codificano enzimi antiossidanti (SOD2, EPHX1, CAT e NQO1) sono stati associate a un rischio di aumento dello stress ossidativo o a una riduzione dell'attività antiossidante, cosa che aumenta l'invecchiamento della pelle.

I tuoi risultati genetici

Gene	Genotipo
CAT	CC
NQO1	GG
SOD2	GG
EPHX1	TC
CAT	TC

Cosa dice la tua genetica?



In base alla tua genetica, la capacità antiossidante della tua pelle è bassa, pertanto hai una maggiore predisposizione a subire gli effetti nocivi dei radicali liberi. Segui una dieta ricca di antiossidanti. Le creme ricche antiossidanti (tè verde, acido caffeico, vitamina C, carotenoidi, vitamina E, glutazione) lavorano con gli antiossidanti presenti nella pelle.

Maggiori informazioni:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4085290/>



Cura della pelle

Acne

L'acne è la più comune malattia della pelle, molto frequente tra adolescenti e giovani, sebbene possa apparire anche negli adulti. Colpisce le ghiandole sebacee, collegate ai pori della pelle attraverso un canale chiamato follicolo. Queste ghiandole producono una sostanza oleosa chiamata sebo, che trasporta le cellule morte e il sebo sulla superficie della pelle attraverso il follicolo. Quando si blocca un follicolo si crea un brufolo e i batteri all'interno del follicolo provocano rigonfiamenti. Il trattamento si concentra sulla guarigione dei brufoli, impedendo a quelli nuovi di formarsi e prevenendo le cicatrici. Ci sono farmaci anti-acne che vengono applicati direttamente sulla pelle e anche sotto forma di pillole.

Oltre a cambiamenti ormonali, stress, alcuni farmaci o l'uso di trucco grasso, ci sono fattori ereditari che contribuiscono alla comparsa di acne. Le variazioni in geni diversi contribuiscono a questo disturbo della pelle.

I tuoi risultati genetici

Gene	Genotipo
NQO1	GG
SELL	AA
TGFB2	AG
Intergenic	GG

Cosa dice la tua genetica?



I tuoi risultati genetici ti predispongono all'acne.

Maggiori informazioni:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25061327>



Cura della pelle

Inflammation della pelle

L'inflammation cutanea si verifica quando le cellule della pelle hanno una risposta iperreattiva agli allergeni o alle tossine. L'inflammation acuta è una reazione naturale per riparare la pelle dopo l'esposizione a infezioni o a tossine ambientali e di solito dura alcuni giorni. Mentre si tratta di una risposta utile a breve termine, se il gonfiore continua può svolgere un ruolo negativo. Quando l'inflammation è cronica inizia a diventare distruttiva e danneggia la pelle. Ci sono numerosi stimoli che inducono l'inflammation cronica: i raggi UV, stress, tossine, tabacco, alcool, infezioni causate da agenti patogeni, eccesso di radicali liberi. Mentre l'inflammation è la prima linea di difesa della pelle, l'eccessiva risposta infiammatoria causa un invecchiamento precoce della pelle.

I segni includono sensibilità cutanea, arrossamento e irritazione. Variazioni genetiche in vari geni di sostanze proinfiammatorie e antinfiammatorie sono associate ad un aumentato rischio di inflammation cronica della pelle.

I tuoi risultati genetici

Gene	Genotipo
IL18	CG
IL6	AA
IFNG	AG
ADAD1	GG
IL10	AG
IL6	CC

Cosa dice la tua genetica?



La tua genetica ti predispone a un minor rischio di presentare una risposta infiammatoria eccessiva a livello cutaneo.

Maggiori informazioni:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4805319/>



Cura della pelle

Lentiggini

Le lentiggini, conosciute anche come efelidi, sono macchie iperpigmentate che spesso appaiono su viso, collo, petto e braccia e sono il risultato di un aumento della produzione di melanina nella pelle. In genere compaiono durante l'infanzia, ma diminuiscono con l'età e diventano più scure con l'esposizione al sole. Le lentiggini sono comuni tra i caucasici e più frequenti nelle persone con pelle chiara e capelli rossi, con difficoltà ad abbronzarsi, maggior rischio di scottature e macchie solari (lentiggini solari) e con la possibilità di melanomi maligni e tumori della pelle senza melanoma.

Le lentiggini sono associate a variazioni genetiche nei geni IRF4 e MC1R. Il gene MC1R è quello che contribuisce maggiormente ai capelli rossi e alla pelle chiara. La quantità di lentiggini dipende dal numero di varianti del gene MC1R.

I tuoi risultati genetici

Gene	Genotipo
Intergenic	CC
Intergenic	GG
IRF4	CC
TYR	AC
TYR	GG
MC1R	CC

Cosa dice la tua genetica?



Il tuo genotipo è il più favorevole, hai un rischio molto basso di avere le lentiggini.

Maggiori informazioni:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/17952075>



Cura della pelle

Vene varicose

Le vene varicose sono piccole vene che hanno una forte colorazione viola-blu e si estendono sulla pelle come radici. Esse colpiscono più di un terzo della popolazione mondiale e possono causare dolore, prurito, ulcerazione o trombosi venosa. Ci sono misure molto semplici per evitare la formazione di vene varicose. La Mayo Clinic raccomanda un regolare esercizio fisico, mantenendo una dieta sana, evitando di stare in piedi o seduti per periodi prolungati e sollevando le gambe. Le donne dovrebbero anche evitare di indossare scarpe col tacco alto e incrociare le gambe.

Le persone che hanno una storia familiare di vene varicose hanno più probabilità di averle. Variazioni genetiche nel gene MTHFR sono state associate ad un aumentato rischio di sviluppare vene varicose. Altri fattori di rischio non genetici sono l'obesità, l'età, la posizione seduta o in piedi per molto tempo e i cambiamenti ormonali.

I tuoi risultati genetici

Gene	Genotipo
MTHFR	TT
MTHFR	AG

Cosa dice la tua genetica?



In base al tuo genotipo, la probabilità di avere vene varicose è nella media.

Maggiori informazioni:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2674155/>



Cura della pelle

Protezione contro la glicazione

Il nostro corpo utilizza il glucosio come fonte principale di energia, ma non viene metabolizzato correttamente, può unirsi alle fibre di collagene ed elastina e modificarle strutturalmente e funzionalmente. I prodotti risultanti sono noti come prodotti a glicazione avanzata (AGE). Questo processo chiamato glicazione è coinvolto nell'invecchiamento della pelle e danneggia la sua capacità di rigenerarsi e autoripararsi. Le fibre di collagene che hanno subito glicazione diventano rigide, meno elastiche e hanno meno capacità di rigenerare la cute causando rughe, secchezza, ispessimento della pelle e perdita di tonicità. Gli AGE aumentano con l'età e sono più dannosi in combinazione con l'esposizione ai raggi UV.

La glicazione può essere ridotta controllando i livelli di glucosio nel sangue, il colesterolo LDL e i trigliceridi attraverso una dieta appropriata. Le variazioni nei geni che determinano il modo in cui il nostro corpo elabora lo zucchero possono alterare il normale funzionamento del metabolismo energetico e dei livelli di glucosio. Gli scienziati hanno identificato variazioni di geni come GLO1 e AGER associati a un eccesso di AGE.

I tuoi risultati genetici

Gene	Genotipo
AGER	TA
AGER	AA
GLO1	AG

Cosa dice la tua genetica?



Il tuo genotipo ti predispone ad un alto rischio di glicazione nei componenti della pelle. La niacinamide, la carnosina e il tè verde riducono i prodotti di glicazione avanzata nella pelle. L'uso di creme con carnosina, niacinamide, silibinina e acido α -lipoico diminuisce gli effetti dei prodotti di glicazione avanzata.

Maggiori informazioni:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23721855>

Cura della pelle

Cellulite

La cellulite è un problema estetico comune per molte donne (80-90%) caratterizzato da alterazioni nella superficie della pelle che danno un aspetto irregolare, poco attraente, a causa del tessuto fibroso irregolare e dell'accumulo di grasso sottocutaneo, portando a la nota "pelle a buccia d'arancia". Colpisce principalmente i glutei, i fianchi e le cosce, anche se può interessare anche altre parti del corpo come l'addome. Le donne caucasiche hanno una maggiore predisposizione ad avere la cellulite rispetto alle donne asiatiche, in parte, a causa delle differenze nella dieta. Le cause sono complesse e coinvolgono fattori ormonali, sistema circolatorio, matrice extracellulare, infiammazione e sostanze prodotte dagli adipociti, predisposizione genetica e variazioni di peso.

Per ridurre al minimo la cellulite si consiglia di mantenere un peso sano, mantenersi attivi, seguire una dieta sana ed essere idratati. Alcune creme anticellulite, massaggi e trattamenti medico-estetici sono utili per trattare questo disturbo. Variazioni nel gene HIF1A, tra le altre, sono state associate al rischio di sviluppare cellulite.

I tuoi risultati genetici

Gene	Genotipo
HIF1A	CC

Cosa dice la tua genetica?



Non hai il genotipo protettore, quindi la tua predisposizione ad avere la cellulite è nella media. La caffeina è un componente molto comune tra le creme anticellulite. Altri ingredienti sono il tetraidrossipropil etilendiamina (THPE), il retinolo e/o le alghe rosse e glaucina. Ci sono molte formulazioni, consulta il tuo consulente di bellezza.

Maggiori informazioni:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/20059631>



Il sole e la tua pelle

Sensibilità al sole

La pelle può essere sensibile al sole per diversi motivi: sottosviluppo (infanzia), infiammazione (dermatite atopica o acne), fotosensibilità indotta da farmaci o trattamenti dermatologici, o semplicemente essere una pelle chiara. In questi casi è di vitale importanza utilizzare la protezione con un fattore di protezione solare (SPF) adatto per ogni tipo di pelle. La sensibilità agli effetti nocivi delle radiazioni ultraviolette è un aspetto ereditabile. Numerosi studi su larga scala hanno identificato variazioni genetiche che migliorano la sensibilità al sole e la tendenza alle ustioni solari (eritema).

I geni relazionati con la pigmentazione della pelle (ASIP, TYR, MC1R e OCA2) e una bassa facilità di abbronzatura sono quelli che influenzano maggiormente la sensibilità della nostra pelle al sole. Inoltre, esiste una forte associazione tra i geni di riparazione del DNA e la tendenza a soffrire di scottature solari. Questi geni non sono legati alla facilità dell'abbronzatura, quindi c'è un meccanismo che sta alla base delle ustioni che è indipendente dalla pigmentazione.

I tuoi risultati genetici

Gene	Genotipo
NTM	AA
TYR	GG
ASIP	CC
LOC10537487	TC

Cosa dice la tua genetica?



Hai un alto rischio di sensibilità della pelle al sole. L'integrazione con omega-3 riduce la sensibilità dell'eritema solare. Applica una crema solare adatta al tuo tipo di pelle, anche se è una pelle scura e hai una buona capacità di abbronzatura. Controlla qualsiasi cambiamento di colore, dimensioni o consistenza dei nei.

Maggiori informazioni:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3690971/>



Il sole e la tua pelle

Facilità di abbronzatura

L'abbronzatura è la risposta fisiologica stimolata dalle radiazioni ultraviolette (UV) dei raggi solari. L'esposizione ai raggi UV aumenta la produzione di eumelanina, un tipo di pigmento di melanina che scurisce la pelle per proteggerla da eventuali danni. La facilità di abbronzatura varia da individuo a individuo e può avere effetti positivi e negativi sulla salute della pelle. Le persone con maggiori difficoltà sono più inclini a soffrire di scottature e macchie solari, rughe, perdita di folati e melanoma, mentre le persone che si abbronzano facilmente sono a rischio di carenza di vitamina D perché possono produrre meno vitamina D in risposta all'esposizione al sole. La capacità di abbronzatura della pelle è variabile e determinata geneticamente. Le persone con determinate varianti nei geni legati alla pigmentazione tendono ad avere occhi chiari, pelle chiara e meno abbronzatura. Le variazioni nel gene MC1R (recettore della melanina) sono le più determinanti e sono associate a capelli rossi, lentiggini, maggiore sensibilità al sole e abbronzatura meno facile.

I tuoi risultati genetici

Gene	Genotipo
LOC10537406	TC
LOC10537487	TC
HERC2	AA
ASIP	CC
ASIP	GG
IRF4	CC
MC1R	CC
TYR	AC
TYR	GG

Cosa dice la tua genetica?



Con un'alta probabilità la tua pelle si abbronza facilmente.

Maggiori informazioni:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23223146>



Il sole e la tua pelle

Macchie solari

Le macchie solari facciali (lentiggini solari) sono macchie pigmentate ovali o rotonde che misurano da 2 a 20 millimetri, di colore marrone, uniformi e situate in aree frequentemente esposte al sole come il viso, le braccia o il dorso delle mani. Sono più grandi rispetto alle lentiggini, non scompaiono in inverno e sono comuni nella pelle invecchiata. Le lentiggini solari sono il risultato di una crescita locale di cellule che producono melanina in risposta alla radiazione ultravioletta. Queste macchie sono più frequenti tra la popolazione caucasica e asiatica e nelle donne, soprattutto dopo i 50 anni. Sebbene siano lesioni benigne che non necessitano di cure mediche, indicano che l'esposizione al sole è stata eccessiva. Per motivi estetici possono essere eliminati tramite diversi trattamenti, anche se la migliore forma di prevenzione è l'uso di filtri solari e il controllo dell'esposizione solare.

Variazioni nei geni MC1R e IRF4 sono state associate ad un aumentato rischio di macchie solari. Vi sono numerosi alleli di rischio nel gene MC1R (recettore della melanina).

I tuoi risultati genetici

Gene	Genotipo
IRF4	CC
MC1R	GG
MC1R	CC

Cosa dice la tua genetica?



La tua predisposizione ad avere macchie solari è molto bassa.

Maggiori informazioni:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25705849>



Il sole e la tua pelle

Fotoinvecchiamento

Il fotoinvecchiamento è definito come l'invecchiamento precoce della pelle dovuto all'esposizione al sole. È uno degli effetti dannosi dell'esposizione prolungata e giornaliera alle radiazioni UV, che causa danni al DNA, stress ossidativo e alterazioni nell'architettura normale del tessuto connettivo della pelle, deteriorando la sua funzione. La maggior parte dell'invecchiamento prematuro è causato dall'esposizione al sole. Il fotoinvecchiamento è responsabile della pigmentazione irregolare, delle rughe sottili, della pelle cascante, delle lentiggini, delle macchie senili, delle vene a forma di ragno sul viso e della pelle ruvida. È quindi fondamentale proteggere il viso e il corpo dagli effetti negativi dei raggi UVA e UVB.

Numerosi studi suggeriscono che il fotoinvecchiamento abbia una base genetica. Le variazioni nei geni STXBP5L e FBXO40 sono state associate a un punteggio complessivo di fotoinvecchiamento che combina fattori quali irregolarità nella pigmentazione, rughe e rilassamento cutaneo.

I tuoi risultati genetici

Gene	Genotipo
FBXO40	AA
STXBP5L	GG
STXBP5L	TC

Cosa dice la tua genetica?



Il tuo genotipo indica un maggior rischio di fotoinvecchiamento grave. L'assunzione di frutta e verdura ricca di antiossidanti è uno strumento fondamentale nella prevenzione dell'invecchiamento. Le creme a base di arbutina, acido kojico, acido L-ascorbico, estratto di liquirizia, retinolo o vitamina B3 possono aiutare a rallentare i segni del fotoinvecchiamento precoce.

Maggiori informazioni:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23223146>



Nutri la tua pelle

Livelli di vitamina B9

La vitamina B9 (folato) è una vitamina idrosolubile essenziale in processi come la sintesi del DNA, la riparazione delle cellule, il metabolismo delle proteine e la corretta funzione cerebrale. È naturalmente presente in alimenti come ortaggi verdi in foglie, piselli, lenticchie, frutta, cereali e altri alimenti. L'acido folico è un folato artificiale (sintetico) contenuto nei supplementi e aggiunto ad alimenti arricchiti. Le deficienze di vitamina B9 sono associate ad anemia, livelli elevati di omocisteina, maggiore rischio di malattia cardiaca, complicazioni durante la gravidanza, maggiore rischio di cancro e disfunzione cognitiva in età avanzata.

Certi studi genetici hanno dimostrato che il gene MTHFR è associato a livelli ridotti di vitamina B9 nel sangue e a un aumento nell'omocisteina, una sostanza che a livelli elevati è collegata alle malattie cardiovascolari.

I tuoi risultati genetici

Gene	Genotipo
MTHFR	AG
MTHFR	TT

Cosa dice la tua genetica?



In base al tuo genotipo, non sei predisposto ad avere una deficienza di vitamina B9. Altri fattori genetici e clinici potrebbero essere rilevanti.

Maggiori informazioni:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/17115185>



Nutri la tua pelle

Livelli di vitamina D

La vitamina D (calcidiolo o calcifediolo) è una vitamina liposolubile importante nell'assorbimento e uso del calcio, nel mantenimento di una buona salute ossea e muscolare, e nel corretto funzionamento dei sistemi immunitario, endocrino e cardiovascolare. Viene sintetizzata nella pelle dopo l'esposizione alla luce solare, che la converte nella sua forma attiva. Di recente è stato identificato un aumento nei casi di deficienza di vitamina D nei paesi in via di sviluppo, soprattutto per cause legate allo stile di vita, all'uso di creme solari e alle condizioni ambientali (inquinamento e ubicazione geografica).

Numerosi studi hanno identificato variazioni nel gene GC legate alla deficienza di vitamina D.

I tuoi risultati genetici

Gene	Genotipo
GC	TT

Cosa dice la tua genetica?



In base al tuo genotipo, non sei predisposto a una deficienza di vitamina D. Altri fattori genetici e clinici potrebbero essere rilevanti. L'esposizione alla luce solare è cruciale per i livelli di vitamina D di una persona, dato che esistono poche fonti alimentari di questa vitamina.

Maggiori informazioni:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmedhealth/PMH0065716/>



Nutri la tua pelle

Risposta all'integrazione di vitamina E

La vitamina E (tocoferolo) è una vitamina liposolubile. Oltre a fungere da antiossidante, è essenziale per il funzionamento del sistema immunitario e per la salute cardiovascolare e previene la cataratta, la degenerazione maculare legata all'età e la steatosi epatica. È essenziale anche per la pelle, in virtù delle sue proprietà antinfiammatorie e fotoprotettive. La deficienza di vitamina E è rara negli individui sani, e generalmente è causata da malattie nelle quali le sostanze nutritive non vengono correttamente assorbite, come il morbo di Crohn, le malattie epatiche o la fibrosi cistica. L'avvelenamento da vitamina E, seppure raro, può causare rischi di emorragia, fiacchezza muscolare, affaticamento, nausea e diarrea.

Uno studio ha correlato variazioni nei geni BUD13/ZNF25, CYP4F2 e NKAIN3 negli uomini con livelli anomali di vitamina E ottenuta tramite integratori.

I tuoi risultati genetici

Gene	Genotipo
BUD13/ZNF25	CC
CYP4F2	CC
NKAIN3	TC

Cosa dice la tua genetica?



In base a questo studio, la tua predisposizione ad avere livelli normali è nella media. Altri fattori genetici e clinici potrebbero essere rilevanti.

Maggiori informazioni:

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/22437554/>

24Genetics



24Genetics Europe HQ
Paseo de la Castellana, 95
Planta 15 A
Madrid 28046
Spain
+34 910 059 099

24Genetics USA HQ
100 Cambridge St.
14th Floor
Boston MA 02114
Massachusetts - US
+1 (617) 861-2586

UK Cambridge
+44 1223 931143

24Genetics México
Torre Magenta
Paseo de la Reforma, 284
Planta 17
Colonia Juárez
Ciudad de México 06600
México
+52 (55) 9171 2060

[24Genetics.com](https://www.24Genetics.com)