

GENES ANALISADOS - DNA ESPORTIVO

GENE ANALISADO Função no Organismo	GENÓTIPO Resultado	SUA GENÉTICA Características
ACTN3 Força, Velocidade e Potência Muscular	RR POWER	- Potência muscular aumentada - Menos suscetível à lesão muscular
ECA Controle da Pressão Arterial e Fluxo Sanguíneo	ID MISTO	Moderada capacidade de vasoconstrição
BDKRB2 Controle da Pressão Arterial e Fluxo Sanguíneo	-9+9 MISTO	Moderada capacidade de vasodilatação
PPARGC1A Formação de mitocôndrias, novos vasos sanguíneos e oxidação de lipídios	AA DESAFVORECE ENDURANCE	- Capacidade aeróbia reduzida - Nível aumentado de lactato
PPARA Controle do peso corporal, metabolismo dos lipídios e carboidratos	GG ENDURANCE	Maior eficiência na utilização das gorduras como fonte energética
PPARD Oxidação de lipídios e controle do peso corporal	TT NÃO FAVORECE ENDURANCE	Pouca influência no aumento do HDL
PPARG Sensibilidade à insulina, armazenamento de glicogênio e controle do peso corporal	CC NÃO FAVORECE POWER	- Risco normal para Diabetes Tipo 2 - Menor risco de “Efeito Sanfona” (após dieta)
AGT Controle da pressão arterial e sensibilidade ao sal	CC POWER	- Risco aumentado para Hipertensão Arterial - Alta sensibilidade ao sal
IL6 Inflamação, Hipertrofia Muscular e Recuperação Pós-Exercício	CC NÃO FAVORECE POWER	Mais suscetível a Inflamação e Lesões
CKMM Produção de ATP (energia)	GG POWER	- Maior eficiência na formação de ATP - Menores marcadores de dano muscular
AMPD1 Produção de ATP (energia)	CC POWER	Maior eficiência na produção de ATP
HIF1A Metabolismo anaeróbio e transporte de glicose	CC NÃO FAVORECE POWER	Mais suscetível à câimbra e fadiga precoce
HFE Níveis de ferro, formação de hemácias e transporte de oxigênio	CC NÃO FAVORECE ENDURANCE	Menos suscetível à elevação dos níveis de ferro
CYP1A2 Metabolização da Cafeína	AA METABOLIZADOR RÁPIDO	- Metabolizador Rápido - Suplementação de cafeína indicada
ENDURANCE: Favorece atividades com predominância aeróbia (resistência e endurance) MISTO: Favorece atividades com alternância dos sistemas energéticos (aeróbio e anaeróbio) POWER: Favorece atividades com predominância anaeróbia (força, velocidade e potência muscular)		