

INFORMAÇÕES DE SAÚDE PROTEGIDAS

DETALHES PESSOAIS

ID DE PACIENTE GUERRAR
DATA DE NASCIMENTO 22/07/1967
SEXO M
ETNIA Caucasiano

MÉDICO SOLICITANTE

Marcelo Leocadio M.D., Ph.D
Rua Brigadeiro Gavião Peixoto
511
City Lapa
São Paulo, SP 05078-000 BR

**INFORMAÇÕES SOBRE O
LABORATÓRIO**

NÚMERO DE REGISTRO H2821178
CÓDIGO DE ATIVAÇÃO SWBJX-MVYVH
TIPO DE ESPÉCIME SWAB BUCAL
DATA DE COLETA 03/03/2017
DATA DE RECEBIMENTO 28/04/2017
DATA DO RELATÓRIO 16/05/2017

Resultados do teste revisados e aprovados por:

Diretor do laboratório,
Nilesh Dharajiya, M.D.



**Recomendações De
Dieta**



DIETA RECOMENDADA

Genes testados - ADIPOQ, APOA2, FTO, KCTD10, LIPC, MMAB, PPARG, e mais...

Descrição

Este paciente possui uma probabilidade aumentada em perder peso ou em obter benefícios para a saúde com uma dieta com pouco carboidrato. Esta dieta foi selecionada avaliando muitas variantes genéticas associadas ao LDL, HDL, triglicérides e níveis de glicose no sangue, assim como avaliando as respostas de cada pessoa a diferentes macronutrientes.

DIETA BALANCEADA

DIETA MEDITERRÂNEA

DIETA COM POUCO
CARBOIDRATO

DIETA COM POUCA
GORDURA

**Recomendações De
Dieta**



RESPOSTA A GORDURAS MONOINSATURADAS

Genes testados - ADIPOQ, PPARG

Descrição

Os genótipos deste paciente nos genes ADIPOQ e PPARG estão associados a um peso corporal mais baixo quando mais de 13% das calorias forem provenientes de gorduras monoinsaturadas saudáveis. O estudo com o PPARG incluiu apenas mulheres, enquanto o estudo com ADIPQ incluiu homens e mulheres. Não existem provas científicas suficientes para determinar se o mesmo ocorre em homens em relação à variante do PPARG.

BENEFÍCIO AUMENTADO

NEUTRO

**Recomendações De
Dieta**



RESPOSTA A GORDURAS POLIINSATURADAS

Gene testado - PPARG

Descrição

O genótipo deste paciente não indica uma associação entre o peso corporal e a relação entre o consumo de gorduras poliinsaturadas e gorduras saturadas. Entretanto, diversos benefícios ainda podem ser obtidos ao substituir algumas gorduras saturadas por gorduras poliinsaturadas. Este resultado é oriundo de um estudo conduzido apenas com mulheres; não existem provas científicas suficientes para determinar se o mesmo ocorre em homens.

BENEFÍCIO AUMENTADO

NEUTRO

Recomendações De Dieta

RISCO GENÉTICO PARA NÍVEIS DIMINUÍDOS DE ÔMEGA-6 E ÔMEGA-3
DIMINUÍDO
TÍPICO
Gene testado - FADS1
Descrição

Este paciente possui uma variante no gene FADS1 que está associada a um nível plasmático típico do ácido graxo ômega-6, ácido araquidônico e do ácido graxo ômega-3, ácido eicosapentaenóico. O gene FADS1 codifica uma enzima envolvida no processamento de ácidos graxos ômega-6 e ômega-3.

Comportamentos Alimentares

LANCHE ENTRE AS REFEIÇÕES
AUMENTADO
TÍPICO
Gene testado - LEPR
Descrição

Este paciente não possui uma variante no gene receptor da leptina que está associado a um comportamento aumentado de lanches entre as refeições e é menos provável que apresente um comportamento extremo de comer entre as refeições. A leptina é um hormônio essencial no controle do consumo de alimentos. Este resultado é oriundo de um estudo conduzido apenas com mulheres, e não existem provas científicas suficientes para determinar se o mesmo ocorre com homens.

Comportamentos Alimentares

FOME
AUMENTADO
TÍPICO
Gene testado - NMB
Descrição

É mais provável que este paciente apresente uma predisposição típica à fome. O paciente não possui uma variante no gene NMB que está associada à sensação aumentada de fome. Este resultado é baseado em um estudo preliminar.

Comportamentos Alimentares

SACIEDADE - SENTINDO-SE SATISFEITO
DIFICULDADE DE SE SENTIR SATISFEITO
TÍPICO
Gene testado - FTO
Descrição

É mais provável que este paciente se sinta satisfeito após uma refeição. O paciente não possui uma variante no gene FTO que está associada a se alimentar mais sem se sentir satisfeito. Embora este resultado seja oriundo de testes conduzidos em crianças, existem dados preliminares que defendem a mesma associação em adultos.

Comportamentos Alimentares

DESINIBIÇÃO ALIMENTAR
MAIS PROVÁVEL
MENOS PROVÁVEL
Gene testado - TAS2R38
Descrição

Este paciente não possui uma variante no gene TAS2R38, associada à tendência a comer mais do que normal em resposta a um estímulo; portanto, é menos provável que apresente a desinibição alimentar. Este resultado refere-se apenas a mulheres e não existem evidências científicas suficientes para determinar se o mesmo ocorre em homens.

Comportamentos Alimentares

DESEJO POR COMIDA
AUMENTADO
TÍPICO
Gene testado - ANKK1/DRD2
Descrição

O genótipo deste paciente em um marcador no gene DRD2/ANKK1 está associado a uma predisposição aumentada de apresentar um desejo elevado por comida, também conhecido como valor de recompensa alimentar. Esta medida quantifica a quantidade de esforço que um indivíduo está disposto a fazer para ter acesso à comida. Entre as pessoas consideradas obesas, aquelas que possuem o genótipo deste paciente tinham uma predisposição maior a consumir suas comidas preferidas em quantidades maiores e a fazerem mais esforço para obtê-las.

Comportamentos Alimentares

QUEDA POR DOCES
AUMENTADO
TÍPICO
Gene testado - SLC2A2
Descrição

É mais provável que este paciente consuma uma quantidade típica de açúcar em sua dieta. O paciente possui uma variante genética no gene SLC2A2 que está associada ao consumo típico de açúcares.

Reações Aos Alimentos

METABOLISMO DA CAFEÍNA
METABOLIZADOR LENTO
METABOLIZADOR RÁPIDO
Gene testado - CYP1A2
Descrição

Este paciente possui uma predisposição maior de ter um metabolismo lento da cafeína. Este paciente possui o alelo CYP1A2, associado ao risco aumentado de infarto do miocárdio ao consumir quantidades altas de cafeína (quatro xícaras de café por dia, ou mais). Além da genética, o metabolismo da cafeína depende de fatores de estilo de vida, como a quantidade de café consumida, tabagismo e anticoncepcionais hormonais.

Reações Aos Alimentos

SENSIBILIDADE AO GOSTO AMARGO
SENSÍVEL
NÃO SENSÍVEL
INCONCLUSIVO
Gene testado - TAS2R38
Descrição

Este paciente possui uma variante no gene TAS2R38 que, em algumas pessoas, está associada a níveis altos de sensibilidade a uma substância química amarga chamada feniltiocarbamida (PTC). Indivíduos sensíveis à substância devem controlar o seu consumo de sal, pois podem possuir uma preferência por alimentos salgados que escondem o sabor amargo.

Reações Aos Alimentos

GOSTO DOCE
DIMINUÍDO
TÍPICO
Gene testado - TAS1R3
Descrição

É mais provável que este paciente tenha uma sensibilidade típica ao gosto doce do açúcar. O gene TAS1R3 codifica um receptor de gosto doce. Este paciente possui uma variante genética no gene TAS1R3 que está associada à sensibilidade típica ao gosto doce.

Reações Aos Alimentos

INTOLERÂNCIA À LACTOSE
MAIS PROVÁVEL
MENOS PROVÁVEL
Gene testado - MCM6
Descrição

É mais provável que este paciente seja intolerante à lactose. O paciente possui uma variante próxima ao gene da lactase associada a níveis diminuídos de lactase. Caso seja intolerante à lactose, o paciente deve se certificar que o seu consumo de cálcio, oriundos de fontes sem lactose e que não sejam de laticínios, seja suficiente. Este resultado se aplica apenas a caucasianos; outras variantes podem exercer um papel importante em outras etnias.

Reações Aos Alimentos

RUBOR FACIAL INDUZIDO POR ÁLCOOL
MAIS PROVÁVEL
MENOS PROVÁVEL
Gene testado - ALDH2
Descrição

O genótipo deste paciente em uma variante no gene ALDH2 indica que ele possui uma predisposição menor de apresentar o rubor facial induzido por álcool. O gene ALDH2 codifica uma enzima crítica para o adequado metabolismo do álcool.

Nutrição

RISCO GENÉTICO DEVIDO AO NÍVEL DIMINUÍDO DE VITAMINA B2
OTIMIZAR O CONSUMO
MANTER O EQUILÍBRIO
Gene testado - MTHFR
Descrição

O genótipo deste paciente em um marcador no gene MTHFR indica que é possível que os níveis de vitamina B2 tenham um impacto relativamente pequeno nos níveis de homocisteína. Níveis plasmáticos altos de homocisteína são um fator de risco para doenças cardíacas.

Nutrição

RISCO GENÉTICO PARA NÍVEIS DIMINUÍDOS DE VITAMINA B6
OTIMIZE O CONSUMO
MANTENHA O EQUILÍBRIO
Gene testado - NBPf3
Descrição

O paciente possui uma variante no gene NBPf3 que está associada a níveis reduzidos de vitamina B6, possivelmente devido a uma liberação mais rápida do que o normal dessa vitamina do sangue. Portanto, é mais provável que este paciente tenha níveis plasmáticos mais baixos de vitamina B6. Este paciente pode ser aconselhado a consumir mais alimentos que contenham vitamina B6, incluindo feijão, grãos integrais, carnes, ovos e peixes.

Nutrição

RISCO GENÉTICO PARA NÍVEIS DIMINUÍDOS DE VITAMINA B12
OTIMIZE O CONSUMO
MANTENHA O EQUILÍBRIO
Gene testado - FUT2
Descrição

É mais provável que este paciente tenha níveis plasmáticos mais baixos de vitamina B12. O paciente possui uma variante no gene FUT2 que está associada a níveis diminuídos de vitamina B12. Este paciente pode ser aconselhado a consumir mais alimentos que contenham vitamina B12, incluindo carnes, peixes, aves, ovos e derivados do leite.

Nutrição

RISCO GENÉTICO PARA NÍVEIS DIMINUÍDOS DE FOLATO
OTIMIZE O CONSUMO
MANTENHA O EQUILÍBRIO
Gene testado - MTHFR
Descrição

Este paciente possui um risco aumentado para níveis plasmáticos mais baixos de folato e mais altos de homocisteína, uma substância ligada a doenças cardiovasculares quando em níveis altos. O folato pode baixar o nível plasmático de homocisteína, e dietas ricas em folato estão associadas ao risco diminuído de doenças cardiovasculares. O folato é importante principalmente nos primeiros estágios da gravidez para a prevenção de algumas malformações congênitas.

Nutrição

RISCO GENÉTICO PARA NÍVEIS DIMINUÍDOS DE VITAMINA A
OTIMIZE O CONSUMO
MANTENHA O EQUILÍBRIO
INCONCLUSIVO
Gene testado - BCMO1
Descrição

O paciente possui uma variante no gene BCMO1 que está associada a uma conversão deficiente do beta-caroteno em vitamina A. Este resultado é oriundo de um estudo conduzido apenas com mulheres, e não existem provas científicas suficientes para determinar se o mesmo ocorre com homens. Este paciente pode ser aconselhado a consumir vitamina A pré-formada encontrada em leite, cereais matinais e suplementos multivitamínicos contendo palmitato de retinol ou acetato de retinol.

Nutrição	✓	RISCO GENÉTICO PARA NÍVEIS DIMINUÍDOS DE VITAMINA C	OTIMIZE O CONSUMO MANTENHA O EQUILÍBRIO
----------	---	--	--

Gene testado - SLC23A1

Descrição

É menos provável que este paciente tenha níveis plasmáticos mais baixos de vitamina C. O paciente não possui uma variante no gene SLC23A1 que está associada a níveis diminuídos de vitamina C circulante.

Nutrição	✓	RISCO GENÉTICO PARA NÍVEIS DIMINUÍDOS DE VITAMINA D	OTIMIZE O CONSUMO MANTENHA O EQUILÍBRIO
----------	---	--	--

Gene testado - GC

Descrição

É menos provável que este paciente tenha níveis plasmáticos mais baixos de vitamina D. O paciente não possui a variante no gene GC que codifica uma proteína que se agrega à vitamina D e está associada a níveis circulantes diminuídos de vitamina D, possivelmente devido à capacidade reduzida de transportar a vitamina D no corpo.

Nutrição	✓	RISCO GENÉTICO PARA NÍVEIS AUMENTADOS DE VITAMINA E	OTIMIZE O CONSUMO MANTENHA O EQUILÍBRIO
----------	---	--	--

Gene testado - intergenic

Descrição

Este paciente não possui uma variante próxima do gene APOA5 que está associada a níveis plasmáticos aumentados de alfa-tocoferol, portanto é menos provável que tenha níveis plasmáticos mais altos de alfa-tocoferol, que é um composto da vitamina E. Este paciente pode ser aconselhado a consumir mais alimentos que contêm vitamina E, incluindo óleos vegetais, verduras, ovos e sementes oleaginosas.

Exercício	✓	TREINO DE RESISTÊNCIA	BENEFÍCIOS INTENSIFICADOS BENEFÍCIOS TÍPICOS
-----------	---	------------------------------	---

Genes testados - LIPC, LPL, PPARD

Descrição

Este paciente possui um perfil genético associado a benefícios intensificados em resposta a um programa de treino de resistência de 20 semanas.

Exercício	✓	TREINAMENTO DE FORÇA	MENOS BENEFÍCIO BENEFÍCIO
-----------	---	-----------------------------	------------------------------

Gene testado - INSIG2

Descrição

Este paciente possui uma variante que está associada a um volume aumentado de gordura após 12 semanas de treino de resistência; portanto, é mais provável que o paciente apresente um volume mais alto de gordura em resposta ao treino de força. Este resultado é oriundo de um estudo conduzido apenas com homens, e não existem provas científicas suficientes para determinar se o mesmo ocorre com mulheres.

Exercício	✓	CAPACIDADE AERÓBICA (VO2 MAX)	DIMINUÍDA
			TÍPICO

Gene testado - PPARGC1A

Descrição

É mais provável que este paciente tenha uma capacidade aeróbica típica. Este paciente não possui uma variante no gene PPARGC1A que está associada a um VO2 max de referência diminuído. O gene PPARGC1A codifica um regulador chave do metabolismo da energia. O nível de VO2 max de referência pode variar conforme a idade, sexo, histórico clínico, saúde atual e nível de atividade física. Este resultado é oriundo de um estudo conduzido apenas com homens e não existem provas científicas suficientes para determinar se o mesmo ocorre em mulheres.

Exercício	✓	FORÇA MUSCULAR	FORÇA MUSCULAR INTENSIFICADA
			MENOS FORÇA MUSCULAR

Gene testado - ACTN3

Descrição

É mais provável que este paciente apresente um desempenho intensificado em corridas de velocidade ou outros esportes de explosão muscular. Este paciente possui a versão funcional do gene ACTN3. O gene ACTN3 codifica uma proteína nas fibras musculares de contração rápida que é frequentemente encontrada em atletas velocistas de alto nível e atletas em esportes de força de elite. Entretanto, este gene é apenas um de muitos fatores que determinam o potencial atlético de uma pessoa.

Exercício	✓	TENDINOPATIA DO TENDÃO CALCÂNEO	PREDISPOSTO A LESÕES
			TÍPICO

Gene testado - MMP3

Descrição

Este paciente possui uma predisposição típica de apresentar a tendinopatia do tendão calcâneo. O paciente não possui o genótipo G/G em um marcador do gene MMP3, associado a uma probabilidade maior de desenvolver a tendinopatia do tendão calcâneo, se comparado a indivíduos com outros genótipos.

Exercício	✓	RESPOSTA DO IMC AO EXERCÍCIO FÍSICO	ATIVIDADE FÍSICA FORTEMENTE RECOMENDADA
			ATIVIDADE FÍSICA RECOMENDADA

Gene testado - FTO

Descrição

Este paciente possui uma variante no gene FTO que indica ter uma predisposição maior a possuir excesso de peso (IMC ≥ 25) se o paciente possuir níveis baixos de atividade física. Pesquisas indicam que indivíduos com essa variante podem reduzir a sua predisposição a um IMC alto praticando atividades físicas.

Exercício	✓	RESPOSTA DA PRESSÃO SANGUÍNEA AO EXERCÍCIO	EXERCÍCIOS FORTEMENTE RECOMENDADOS
-----------	---	---	------------------------------------

Gene testado - EDN1

Descrição

O genótipo deste paciente em uma variante no gene EDN1 não indica uma associação entre o risco para uma pressão sanguínea aumentada e a aptidão cardiorrespiratória. Entretanto, a prática de exercícios físicos continua sendo recomendada para controlar fatores de risco não genéticos para a pressão alta.

EXERCÍCIOS RECOMENDADOS

Exercício	✓	COLESTEROL HDL EM RESPOSTA AO EXERCÍCIO	BENEFÍCIO INTENSIFICADO
-----------	---	--	-------------------------

Gene testado - PPARD

Descrição

Este paciente possui uma variante no gene PPARD que está associada a benefícios normais nos níveis de colesterol HDL em resposta a um programa de treino de resistência de 20 semanas. Pessoas com benefícios normais também podem aumentar os níveis de colesterol HDL se exercitando, mas podem não sentir um benefício intensificado.

BENEFÍCIO NORMAL

Exercício	✓	PERDA DE GORDURA CORPORAL EM RESPOSTA AO EXERCÍCIO	BENEFÍCIO INTENSIFICADO
-----------	---	---	-------------------------

Gene testado - LPL

Descrição

Este paciente possui uma variante no gene LPL que está associada a uma probabilidade típica da redução da porcentagem e da massa de gordura corporal em resposta a um treino de resistência de 20 semanas. Este resultado se aplica apenas a mulheres, e não existem provas científicas suficientes para determinar se o mesmo ocorre em homens.

BENEFÍCIO TÍPICO

Exercício	✓	SENSIBILIDADE À INSULINA EM RESPOSTA AO EXERCÍCIO	BENEFÍCIO INTENSIFICADO
-----------	---	--	-------------------------

Gene testado - LIPC

Descrição

O genótipo deste paciente em um marcador no gene LIPC está associado a um aumento da sensibilidade à insulina em resposta a exercícios.

MENOS BENEFÍCIO

Organismo E Peso	✓	OBESIDADE	ACIMA DA MÉDIA
------------------	---	------------------	----------------

Genes testados - FTO, MC4R

Descrição

Este paciente possui um risco aumentado para o excesso de peso (IMC ≥ 25). O perfil genético do paciente nos genes MC4R e FTO está associado a um risco aumentado de excesso de peso. O gene MC4R está envolvido na regulação do equilíbrio da energia e o gene FTO pode ser importante no controle do comportamento alimentar e equilíbrio da energia. Ambos os genes estão associados ao IMC.

TÍPICO

Organismo E Peso


RECUPERAÇÃO DO PESO PERDIDO

MAIS PROVÁVEL QUE
RECUPERE O PESO
PERDIDO

PESO PERDIDO MANTIDO

Gene testado - ADIPOQ

Descrição

O paciente não possui uma variante no gene ADIPOQ que está associada à recuperação do peso perdido entre 32 e 60 semanas após uma dieta com poucas calorias. Portanto, é menos provável que o paciente recupere o peso após um emagrecimento induzido por dieta.

Organismo E Peso


METABOLISMO

RÁPIDO

NORMAL

Gene testado - LEPR

Descrição

É mais provável que o paciente tenha um índice metabólico de repouso típico. O paciente não possui uma variante no gene receptor da leptina que está associado a um índice metabólico de repouso alto. Esta variante é apenas um de muitos outros fatores genéticos e não genéticos que contribuem no metabolismo.

Organismo E Peso


RISCO GENÉTICO PARA NÍVEIS DIMINUÍDOS DE ADIPONECTINA

POSSIVELMENTE BAIXO

TÍPICO

Gene testado - ADIPOQ

Descrição

É provável que este paciente tenha níveis mais baixos de adiponectina. Níveis mais altos de adiponectina são considerados bons para a perda de peso e para a saúde. Indivíduos com níveis mais baixos de adiponectina podem ser aconselhados a perder peso.

Fatores Metabólicos
De Saúde

RISCO GENÉTICO PARA COLESTEROL LDL ELEVADO

RISCO ALTO

RISCO ACIMA DA MÉDIA

RISCO TÍPICO

RISCO ABAIXO DA MÉDIA

RISCO BAIXO

Genes testados - ABCG8, APOB, CELSR2, HMGCR, HNF1A, intergenic, LDLR, MAFB, NCAN, PCSK9

Descrição

Este paciente possui um risco genético acima da média para níveis levemente altos de colesterol LDL (acima de 130 mg/dl). Entretanto, este resultado não significa que o paciente possui níveis quase altos de colesterol LDL. Aconselha-se monitorar os níveis sanguíneos de colesterol LDL deste paciente.

Fatores Metabólicos
De Saúde

RISCO GENÉTICO PARA NÍVEIS BAIXOS DE COLESTEROL HDL

RISCO ALTO

RISCO ACIMA DA MÉDIA

RISCO TÍPICO

RISCO ABAIXO DA MÉDIA

RISCO BAIXO

Genes testados - ABCA1, ANGPTL4, CETP, FADS1, GALNT2, HNF4A, KCTD10, LCAT, LIPC, LIPG, LPL, PLTP, TTC39B, ZNF259

Descrição

Este paciente possui um risco genético acima da média para níveis diminuídos de colesterol HDL (abaixo de 40 mg/dl). Entretanto, este resultado não significa que o paciente possui níveis diminuídos de colesterol HDL. É sugerido monitorar os níveis sanguíneos de colesterol.

Fatores Metabólicos De Saúde

RISCO GENÉTICO PARA NÍVEIS ELEVADOS DE TRIGLICÉRIDES

Genes testados - ANGPTL3, APOB, FADS1, GCKR, LPL, MLXIPL, NCAN, PLTP, TRIB1, XKR6, ZNF259

Descrição

Este paciente possui um risco genético típico para níveis elevados de triglicérides. Entretanto, este resultado não significa que o paciente possui níveis ideais de triglicérides.

RISCO ALTO

RISCO ACIMA DA MÉDIA

RISCO TÍPICO

RISCO ABAIXO DA MÉDIA

RISCO BAIXO

Fatores Metabólicos De Saúde

RISCO GENÉTICO PARA NÍVEIS ELEVADOS DE GLICOSE NO SANGUE

Genes testados - ADCY5, ADRA2A, CRY2, FADS1, G6PC2, GCK, GCKR, GLIS3, MADD, MTNR1B, PROX1, SLC2A2, TCF7L2

Descrição

Este paciente possui um risco genético acima da média para níveis elevados de glicose no sangue (acima de 140 mg/dl). Entretanto, este resultado não significa que o paciente possui níveis elevados de glicose no sangue. Níveis elevados de glicose no sangue persistentes podem indicar uma resistência à insulina e podem levar ao diabetes tipo 2. Um monitoramento do nível de glicose do sangue do paciente pode ser sugerido.

RISCO ALTO

RISCO ACIMA DA MÉDIA

RISCO TÍPICO

RISCO ABAIXO DA MÉDIA

RISCO BAIXO

DETALHE DO GENÓTIPO/HAPLÓTIPO

RESPOSTAS À DIETA, NUTRIÇÃO E EXERCÍCIOS

Esta seção lista os marcadores genéticos que foram testados para respostas à dieta, nutrição e exercícios. Os resultados estão organizados por condições em quatro colunas:

1. "Gene/Locus" refere-se ao gene ou à região intergênica onde o marcador está localizado.
2. "Marcador" refere-se ao identificador único do marcador testado
3. "Genótipo" refere-se à combinação de nucleotídeos em um marcador específico. As letras de cada lado da barra diagonal refere-se às duas cópias do DNA do paciente. Um genótipo marcado com "-" indica que foi impossível obter um resultado.
4. "Força" refere-se à força científica de provas de pesquisas para o marcador genético e o resultado associado. Quatro espaços preenchidos indica um estudo conduzido com mais de 2.000 pessoas e com, no mínimo, um estudo que tenha reproduzido os resultados. Três espaços preenchidos indicam um estudo conduzido com mais de 400 pessoas. Dois espaços preenchidos indicam um estudo com menos de 400 pessoas; estudos nesta categoria são preliminares, mas passam são aprovados pelos padrões da Pathway para o significado estatístico. Um espaço indica que os resultados são extremamente preliminares. "Impossível produzir resultados" indica que um resultado não foi obtido.

DIETA RECOMENDADA

GENE/LOCUS	MARCADOR	GENÓTIPO	FORÇA CIENTÍFICA
ADIPOQ	rs17300539	A/G	■ ■ ■ □
APOA2	rs5082	T/T	■ ■ ■ ■
FTO	rs9939609	A/T	■ ■ ■ □
KCTD10	rs10850219	G/G	■ ■ ■ □
LIPC	rs1800588	C/C	■ ■ ■ □
MMAB	rs2241201	C/C	■ ■ ■ □
PPARG	rs1801282	C/G	■ ■ ■ □

e mais...

RESPOSTA A GORDURAS MONOINSATURADAS

GENE/LOCUS	MARCADOR	GENÓTIPO	FORÇA CIENTÍFICA
ADIPOQ	rs17300539	G/A	■ ■ ■ □
PPARG	rs1801282	C/G	■ ■ ■ □

RESPOSTA A GORDURAS POLIINSATURADAS

GENE/LOCUS	MARCADOR	GENÓTIPO	FORÇA CIENTÍFICA
PPARG	rs1801282	C/G	■ ■ ■ □

RISCO GENÉTICO PARA NÍVEIS DIMINUÍDOS DE ÔMEGA-6 E ÔMEGA-3

GENE/LOCUS	MARCADOR	GENÓTIPO	FORÇA CIENTÍFICA
FADS1	rs174547	T/T	■ ■ ■ ■

LANCHE ENTRE AS REFEIÇÕES

GENE/LOCUS	MARCADOR	GENÓTIPO	FORÇA CIENTÍFICA
LEPR	rs2025804	A/G	■ ■ □ □

FOME

GENE/LOCUS	MARCADOR	GENÓTIPO	FORÇA CIENTÍFICA
NMB	rs1051168	G/G	■ □ □ □

SACIEDADE - SENTINDO-SE SATISFEITO

GENE/LOCUS	MARCADOR	GENÓTIPO	FORÇA CIENTÍFICA
FTO	rs9939609	A/T	■ ■ ■ □

DESINIBIÇÃO ALIMENTAR

GENE/LOCUS	MARCADOR	GENÓTIPO	FORÇA CIENTÍFICA
TAS2R38	rs1726866	C/C	■ ■ □ □

DESEJO POR COMIDA

GENE/LOCUS	MARCADOR	GENÓTIPO	FORÇA CIENTÍFICA
ANKK1/DRD2	rs1800497	C/T	■ ■ □ □

QUEDA POR DOCES

GENE/LOCUS	MARCADOR	GENÓTIPO	FORÇA CIENTÍFICA
SLC2A2	rs5400	C/C	■ ■ ■ □

METABOLISMO DA CAFEÍNA

GENE/LOCUS	MARCADOR	GENÓTIPO	FORÇA CIENTÍFICA
CYP1A2	rs762551	A/C	■ ■ □ □

SENSIBILIDADE AO GOSTO AMARGO

GENE/LOCUS	MARCADOR	GENÓTIPO	FORÇA CIENTÍFICA
TAS2R38	rs713598	C/C	■ ■ ■ □
TAS2R38	rs1726866	C/C	■ ■ ■ □

GOSTO DOCE

GENE/LOCUS	MARCADOR	GENÓTIPO	FORÇA CIENTÍFICA
TAS1R3	rs35744813	G/G	■ ■ □ □

INTOLERÂNCIA À LACTOSE

GENE/LOCUS	MARCADOR	GENÓTIPO	FORÇA CIENTÍFICA
MCM6	rs4988235	C/C	■ ■ ■ □

RUBOR FACIAL INDUZIDO POR ÁLCOOL

GENE/LOCUS	MARCADOR	GENÓTIPO	FORÇA CIENTÍFICA
ALDH2	rs671	G/G	■ ■ ■ ■

RISCO GENÉTICO DEVIDO AO NÍVEL DIMINUÍDO DE VITAMINA B2

GENE/LOCUS	MARCADOR	GENÓTIPO	FORÇA CIENTÍFICA
MTHFR	rs1801133	C/T	■ ■ ■ □

RISCO GENÉTICO PARA NÍVEIS DIMINUÍDOS DE VITAMINA B6

GENE/LOCUS	MARCADOR	GENÓTIPO	FORÇA CIENTÍFICA
NBPF3	rs4654748	C/T	■ ■ ■ ■

RISCO GENÉTICO PARA NÍVEIS DIMINUÍDOS DE VITAMINA B12

GENE/LOCUS	MARCADOR	GENÓTIPO	FORÇA CIENTÍFICA
FUT2	rs602662	A/G	■ ■ ■ ■

RISCO GENÉTICO PARA NÍVEIS DIMINUÍDOS DE FOLATO

GENE/LOCUS	MARCADOR	GENÓTIPO	FORÇA CIENTÍFICA
MTHFR	rs1801133	C/T	■ ■ ■ □

RISCO GENÉTICO PARA NÍVEIS DIMINUÍDOS DE VITAMINA A

GENE/LOCUS	MARCADOR	GENÓTIPO	FORÇA CIENTÍFICA
BCM01	rs7501331	C/T	■ ■ □ □
BCM01	rs12934922	A/A	■ ■ □ □

RISCO GENÉTICO PARA NÍVEIS DIMINUÍDOS DE VITAMINA C

GENE/LOCUS	MARCADOR	GENÓTIPO	FORÇA CIENTÍFICA
SLC23A1	rs33972313	G/G	■ ■ ■ ■

RISCO GENÉTICO PARA NÍVEIS DIMINUÍDOS DE VITAMINA D

GENE/LOCUS	MARCADOR	GENÓTIPO	FORÇA CIENTÍFICA
GC	rs2282679	T/T	■ ■ ■ ■

RISCO GENÉTICO PARA NÍVEIS AUMENTADOS DE VITAMINA E

GENE/LOCUS	MARCADOR	GENÓTIPO	FORÇA CIENTÍFICA
intergenic	rs12272004	C/C	■ ■ ■ ■

TREINO DE RESISTÊNCIA

GENE/LOCUS	MARCADOR	GENÓTIPO	FORÇA CIENTÍFICA
LIPC	rs1800588	C/C	■ ■ ■ □
LPL	rs328	C/C	■ ■ □ □
PPARD	rs2016520	A/A	■ ■ ■ □

TREINAMENTO DE FORÇA

GENE/LOCUS	MARCADOR	GENÓTIPO	FORÇA CIENTÍFICA
INSIG2	rs7566605	C/G	■ ■ □ □

CAPACIDADE AERÓBICA (VO2 MAX)

GENE/LOCUS	MARCADOR	GENÓTIPO	FORÇA CIENTÍFICA
PPARGC1A	rs8192678	G/A	■ ■ □ □

FORÇA MUSCULAR

GENE/LOCUS	MARCADOR	GENÓTIPO	FORÇA CIENTÍFICA
ACTN3	rs1815739	C/C	■ ■ ■ □

TENDINOPATIA DO TENDÃO CALCÂNEO

GENE/LOCUS	MARCADOR	GENÓTIPO	FORÇA CIENTÍFICA
MMP3	rs679620	A/G	■ ■ □ □

RESPOSTA DO IMC AO EXERCÍCIO FÍSICO

GENE/LOCUS	MARCADOR	GENÓTIPO	FORÇA CIENTÍFICA
FTO	rs1121980	C/T	■ ■ ■ □

RESPOSTA DA PRESSÃO SANGÜÍNEA AO EXERCÍCIO

GENE/LOCUS	MARCADOR	GENÓTIPO	FORÇA CIENTÍFICA
EDN1	rs5370	G/G	■ ■ ■ □

COLESTEROL HDL EM RESPOSTA AO EXERCÍCIO

GENE/LOCUS	MARCADOR	GENÓTIPO	FORÇA CIENTÍFICA
PPARD	rs2016520	A/A	■ ■ ■ □

PERDA DE GORDURA CORPORAL EM RESPOSTA AO EXERCÍCIO

GENE/LOCUS	MARCADOR	GENÓTIPO	FORÇA CIENTÍFICA
LPL	rs328	C/C	■ ■ □ □

SENSIBILIDADE À INSULINA EM RESPOSTA AO EXERCÍCIO

GENE/LOCUS	MARCADOR	GENÓTIPO	FORÇA CIENTÍFICA
LIPC	rs1800588	C/C	■ ■ ■ □

OBESIDADE

GENE/LOCUS	MARCADOR	GENÓTIPO	FORÇA CIENTÍFICA
FTO	rs9939609	T/A	■ ■ ■ ■
MC4R	rs17782313	T/C	■ ■ ■ ■

RECUPERAÇÃO DO PESO PERDIDO

GENE/LOCUS	MARCADOR	GENÓTIPO	FORÇA CIENTÍFICA
ADIPOQ	rs17300539	A/G	■ ■ □ □

METABOLISMO

GENE/LOCUS	MARCADOR	GENÓTIPO	FORÇA CIENTÍFICA
LEPR	rs8179183	G/G	■ ■ ■ □

RISCO GENÉTICO PARA NÍVEIS DIMINUÍDOS DE ADIPONECTINA

GENE/LOCUS	MARCADOR	GENÓTIPO	FORÇA CIENTÍFICA
ADIPOQ	rs17366568	A/G	■ ■ ■ ■

RISCO GENÉTICO PARA COLESTEROL LDL ELEVADO

GENE/LOCUS	MARCADOR	GENÓTIPO	FORÇA CIENTÍFICA
ABCG8	rs6544713	C/C	■ ■ ■ ■
APOB	rs515135	C/C	■ ■ ■ ■
CELSR2	rs12740374	G/G	■ ■ ■ ■
HMGCR	rs3846663	C/T	■ ■ ■ ■
HNF1A	rs2650000	A/C	■ ■ ■ ■
intergenic	rs1501908	C/C	■ ■ ■ ■
LDLR	rs6511720	G/G	■ ■ ■ ■
MAFB	rs6102059	C/C	■ ■ ■ ■
NCAN	rs10401969	T/T	■ ■ ■ ■
PCSK9	rs11206510	T/C	■ ■ ■ ■

RISCO GENÉTICO PARA NÍVEIS BAIXOS DE COLESTEROL HDL

GENE/LOCUS	MARCADOR	GENÓTIPO	FORÇA CIENTÍFICA
ABCA1	rs1883025	C/C	■ ■ ■ ■

RISCO GENÉTICO PARA NÍVEIS BAIXOS DE COLESTEROL HDL

GENE/LOCUS	MARCADOR	GENÓTIPO	FORÇA CIENTÍFICA
ANGPTL4	rs2967605	C/C	■ ■ ■ ■
CETP	rs247616	C/C	■ ■ ■ ■
FADS1	rs174547	T/T	■ ■ ■ ■
GALNT2	rs4846914	G/A	■ ■ ■ ■
HNF4A	rs1800961	C/C	■ ■ ■ ■
KCTD10	rs2338104	C/C	■ ■ ■ ■
LCAT	rs2271293	G/G	■ ■ ■ ■
LIPC	rs10468017	T/T	■ ■ ■ ■
LIPG	rs4939883	T/T	■ ■ ■ ■
LPL	rs12678919	A/A	■ ■ ■ ■
PLTP	rs7679	T/T	■ ■ ■ ■
TTC39B	rs471364	C/T	■ ■ ■ ■
ZNF259	rs964184	C/C	■ ■ ■ ■

RISCO GENÉTICO PARA NÍVEIS ELEVADOS DE GLICOSE NO SANGUE

GENE/LOCUS	MARCADOR	GENÓTIPO	FORÇA CIENTÍFICA
GCKR	rs780094	T/C	■ ■ ■ ■
GLIS3	rs7034200	C/A	■ ■ ■ ■
MADD	rs7944584	A/T	■ ■ ■ ■
MTNR1B	rs10830963	C/G	■ ■ ■ ■
PROX1	rs340874	T/C	■ ■ ■ ■
SLC2A2	rs11920090	T/T	■ ■ ■ ■
TCF7L2	rs7903146	C/T	■ ■ ■ ■

RISCO GENÉTICO PARA NÍVEIS ELEVADOS DE TRIGLICÉRIDES

GENE/LOCUS	MARCADOR	GENÓTIPO	FORÇA CIENTÍFICA
ANGPTL3	rs10889353	A/A	■ ■ ■ ■
APOB	rs7557067	A/A	■ ■ ■ ■
FADS1	rs174547	T/T	■ ■ ■ ■
GCKR	rs1260326	T/C	■ ■ ■ ■
LPL	rs12678919	A/A	■ ■ ■ ■
MLXIPL	rs714052	A/A	■ ■ ■ ■
NCAN	rs17216525	C/C	■ ■ ■ ■
PLTP	rs7679	T/T	■ ■ ■ ■
TRIB1	rs2954029	A/A	■ ■ ■ ■
XKR6	rs7819412	G/G	■ ■ ■ ■
ZNF259	rs964184	C/C	■ ■ ■ ■

RISCO GENÉTICO PARA NÍVEIS ELEVADOS DE GLICOSE NO SANGUE

GENE/LOCUS	MARCADOR	GENÓTIPO	FORÇA CIENTÍFICA
ADCY5	rs11708067	A/A	■ ■ ■ ■
ADRA2A	rs10885122	G/G	■ ■ ■ ■
CRY2	rs11605924	A/C	■ ■ ■ ■
FADS1	rs174550	T/T	■ ■ ■ ■
G6PC2	rs560887	C/C	■ ■ ■ ■
GCK	rs4607517	G/A	■ ■ ■ ■

METODOLOGIA DE TESTE

Genotipagem por enriquecimento baseado em PCR e sequenciamento de nova geração.

AVISO

Este relatório não se destina a ser utilizado unicamente pelo paciente sem a consulta de um profissional de saúde licenciado. Este teste foi desenvolvido e suas características de desempenho determinadas pelo laboratório de testes. Ele não foi liberado nem aprovado pelo FDA (Food and Drug Administration).

Caso tenha alguma dúvida sobre este relatório, entre em contato com um conselheiro genético ou consulte o seu médico.

RISCOS E LIMITAÇÕES

Risco de problemas técnicos laboratoriais ou erros laboratoriais

O laboratório de testes, certificado pelo CLIA, possui procedimentos padronizados e eficazes estabelecidos para proteger contra problemas técnicos e operacionais. Entretanto, tais problemas podem ocorrer. O laboratório recebe amostras coletadas por pacientes e médicos. Problemas nos envios ao laboratório ou com o manuseio das amostras podem ocorrer, incluindo, mas não se limitando a danos à amostra ou aos documentos relacionados, rotulagem incorreta, e perda ou atraso do recebimento da amostra. Problemas laboratoriais que levem à impossibilidade de obter resultados podem ocorrer. Exemplos incluem, mas não estão limitados à rotulagem incorreta da amostra, contaminação do DNA, resultados impossíveis de serem interpretados e erros de natureza humana e/ou do sistema de análises. Nestes casos, o laboratório pode necessitar solicitar uma nova amostra. Entretanto, ao refazer o teste, é possível que continue não se obtendo resultados.

Como com qualquer teste laboratorial, existe uma pequena chance de que o laboratório possa entregar resultados incorretos. Por exemplo, o laboratório pode declarar que um certo genótipo está presente quando, de fato, não está presente. Qualquer tipo de erro laboratorial pode levar a decisões incorretas no que diz respeito ao tratamento médico e/ou recomendações alimentares e de exercícios físicos. Caso um erro laboratorial tenha ocorrido ou for suspeito, o médico pode desejar conduzir outras avaliações e/ou outros testes. Testes suplementares podem ser efetuados para verificar qualquer resultado a qualquer momento.

Limitações

O objetivo deste teste é oferecer informações sobre como os genes de um indivíduo testado podem influenciar a condição de portador para algumas doenças hereditárias, respostas a alguns medicamentos, riscos para condições de saúde específicas e/ou certas dietas, respostas a exercícios e alimentação, assim como aprender sobre os ancestrais passados do indivíduo testado, dependendo do teste genético específico que foi solicitado pelo médico. Indivíduos testados não devem mudar quaisquer cuidados médicos (incluindo, mas não se limitando a mudanças na dosagem ou frequência das medicações, programas exercícios e dietas ou planejamento de gravidez) baseado em resultados sem consultar um médico.

A ciência por trás do significado ou da interpretação de certos resultados evolui continuamente. Embora passos enormes tenham sido dados para o avanço do uso potencial dos testes genéticos, ainda existe muito para ser descoberto. O teste genético é baseado em informações, desenvolvimentos e técnicas que são conhecidas nos dias de hoje. Pesquisas futuras podem revelar mudanças na interpretação de testes genéticos obtidos previamente. Por exemplo, qualquer teste genético está limitado pelas variantes sendo testadas. A interpretação do significado de algumas variantes pode mudar ao se pesquisar mais sobre elas. Algumas variantes associadas a doenças, respostas a medicamentos, a a dieta, nutrição e exercícios podem não ser testadas; essas variantes, possivelmente, não foram identificadas em estudos genéticos.

Muitas das condições e das respostas a medicamentos que são testadas dependem de fatores genéticos assim como fatores não genéticos como idade, histórico médico pessoal e familiar, dieta e etnia. Como tal, um indivíduo pode não apresentar a resposta a medicamentos, doença ou dieta, nutrição e exercícios específicos e correspondentes aos resultados do teste genético.

Outra limitação para algumas condições, particularmente nas áreas de dieta e exercícios, é que as associações genéticas foram estudadas e observadas apenas em populações caucasianas. Neste caso, as interpretações e recomendações são feitas no contexto dos estudos com caucasianos, mas os resultados podem ou não ser relevantes ao indivíduo testado que não é caucasiano ou pertence a duas ou mais etnias.

Baseados em resultados de testes e outros conhecimentos médicos do indivíduo testado, os médicos podem desejar conduzir testes independentes suplementares ou consultar outro médico ou um conselheiro genético.

DEFINIÇÕES DE RESULTADOS

Alterado 	Resultados e/ou dados do paciente que foram revisados de uma maneira que não influencia a significância clínica do(s) resultado(s) e/ou diagnóstico, tratamento ou monitoramento do paciente.
Corrigido 	Resultados e/ou dados do paciente que foram revisados de uma maneira que poderia influenciar a significância clínica do(s) resultado(s) e/ou diagnóstico, cuidados ou tratamento do paciente.
Final 	Resultados disponíveis no momento do lançamento do relatório ou que foram revisados de um estado pendente a um estado final.
Pendente 	Resultados de testes que não estão disponíveis no momento da publicação do relatório. Todos os resultados pendentes serão indicados no relatório.