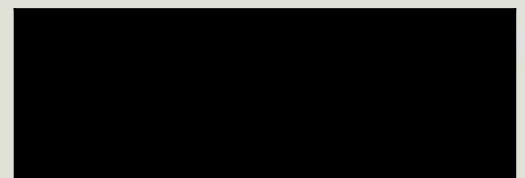
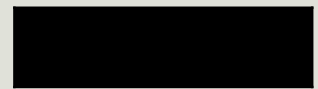




Test Genetico Performance Sportive

REPORT GENETICO PREDITTIVO



Predisposizione genetica

Sulla base della lettura del DNA, sono stati determinati i seguenti livelli di performance sportive a cui la vostra genetica predispone.

Un punteggio elevato corrisponde ad una predisposizione genetica favorevole e quindi a performance ottimali.

CONTROLLO PRESSIONE SANGUIGNA



80%

SVILUPPO DEL MUSCOLO



60%

RESISTENZA AI TRAUMI



60%

MASSIMA POTENZA AEROBICA



10%

PRODUZIONE METABOLICA ENERGIA



50%

RESISTENZA ALLO SFORZO



70%

Nelle pagine successive sono riportati i dettagli per tutti i geni analizzati nel test. Le prestazioni sportive a cui i vostri geni predispongono sono raffigurate graficamente secondo questa legenda:

- ○ ○ Genetica sfavorevole, predispone a performance limitate/peggiorate
- ● ○ Moderatamente favorevole, predispone a buone performance
- ● ● Genetica favorevole, predispone a performance ottimali

CONTROLLO DELLA PRESSIONE SANGUIGNA

Misura la predisposizione alla vasodilatazione periferica, quindi alla riduzione o aumento della pressione sanguigna. Correlato alla programmazione dell'allenamento e per il controllo di situazioni sfavorevoli.

Livello di performance: 80/100

Geni coinvolti

| Gene | Cromosoma | Genotipo | Risultato |
|------------|-----------|--------------|-----------|
| AGT | 1 | Met/Met (TT) | ● ● ● |
| [REDACTED] | | | |
| [REDACTED] | | | |

Manifestazioni

- **Basso rischio genetico di ipertensione**

- [REDACTED]
- [REDACTED]

Approfondimenti

- L'angiotensinogeno (AGT) è un precursore dell'angiotensina, un ormone che causa vasocostrizione e di conseguenza aumento della pressione. AGT stimola inoltre il rilascio di aldosterone che a sua volta promuove la ritenzione del sodio nel rene, con aumento della pressione.

- [REDACTED]

MASSIMA POTENZA AEROBICA - VO2max

Misura i fattori genetici che influenzano la respirazione cellulare e l'ossigenazione. Correlato con la capacità di innalzare rapidamente la VO2max con l'allenamento

Livello di performance: **10/100**

Geni coinvolti

| Gene | Cromosoma | Genotipo | Risultato |
|------------|-----------|-----------|------------------------------------------------------------------------------|
| ACE | 17 | DD | <input checked="" type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> |
| [REDACTED] | | | |
| [REDACTED] | | | |

Manifestazioni

- **Livello basale di potenza aerobica massima limitato**

[REDACTED]

Approfondimenti

- Diversi studi scientifici hanno dimostrato che l'inserzione (I) nel gene ACE comporta un aumento dell'ossigeno massimo inspirato (VO2max) con maggiore ossigenazione ai tessuti periferici coinvolti nell'esercizio, massimizzando le performance atletiche svolte in tempi medio-lunghi.


[REDACTED]

SVILUPPO DEL MUSCOLO

Misura i fattori genetici che influenzano lo sviluppo e il volume medio delle fibre muscolari che possono essere ottenute mediante allenamento.

Livello di performance: 60/100

Geni coinvolti

| Gene | Cromosoma | Genotipo | Risultato |
|-------------|------------|------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| [REDACTED] | [REDACTED] | [REDACTED] | [REDACTED] |
| [REDACTED] | [REDACTED] | [REDACTED] | [REDACTED] |
| [REDACTED] | [REDACTED] | [REDACTED] | [REDACTED] |
| NOS3 | 7 | TT |  ottimale per sport di potenza |

Manifestazioni

- [REDACTED]
- [REDACTED]
- [REDACTED]
- [REDACTED] to
- **Recupero favorevole alle attività di resistenza di potenza**
- **Normale disponibilità di ossido nitrico**

Approfondimenti

- La variante ricercata sul gene ACE porta ad un aumento delle fibre muscolari a contrazione
 le
 qu
 po
 • [REDACTED]
- re
 ce
 po
 • [REDACTED]
- su
 fib
- L'ossido-nitrico sintasi 3 è un enzima codificato dal genere NOS3 che sintetizza ossido nitrico. L'ossido nitrico prodotto dal NOS3 regola il tono vascolare, inibendo la contrazione della muscolatura liscia e influenzando le performance sportive.

PRODUZIONE METABOLICA DI ENERGIA

Misura i fattori genetici che influenzano la capacità dell'individuo a recuperare energia dai depositi del corpo durante intensa e prolungata attività sportiva.

Livello di performance: 50/100

Geni coinvolti

| Gene | Cromosoma | Genotipo | Risultato |
|--------------|-----------|-----------|------------------------------------------------------------------------------|
| ADRB2 | 5 | GG | <input checked="" type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> |
| [REDACTED] | | | |

Manifestazioni

- **Normale consumo delle scorte lipidiche per riequilibrare la richiesta energetica in allenamento**

- [REDACTED]

Approfondimenti

- ADRB2 svolge un ruolo nel mantenimento dei livelli del glucosio nel sangue promuovendo la glicogenolisi durante attività fisica prolungata. Studi scientifici eseguiti su atleti hanno permesso di verificare che maratoneti con questa variante genetica corrono più velocemente, riuscendo a conservare costanti livelli di glucosio nel sangue.

- [REDACTED]

RESISTENZA AI TRAUMI

Misura i fattori genetici che influenzano la suscettibilità di cartilagini e ossa a traumi e la capacità dei tessuti di recupero post-trauma.

Livello di performance: 60/100

Geni coinvolti

| Gene | Cromosoma | Genotipo | Risultato |
|------------|------------|------------|------------|
| [REDACTED] | [REDACTED] | [REDACTED] | [REDACTED] |
| GDF5 | 20 | CT | ● ● ○ |
| [REDACTED] | [REDACTED] | [REDACTED] | [REDACTED] |

Manifestazioni

- [REDACTED]
- **Predisposizione a buoni livelli di flessibilità e mobilità articolare**

Approfondimenti

- [REDACTED]
- tes
au
- GDF5 codifica per un fattore di crescita coinvolto nella regolazione della crescita e maturazione delle ossa e della cartilagine e quindi con un ruolo centrale nella salute dello scheletro e delle tessuti molli. La sua presenza è importante per determinare la suscettibilità a traumi sportivi e la capacità di recupero degli stessi.
- [REDACTED]

CAPACITÀ DI RECUPERO – RESISTENZA ALLO SFORZO

Misura i fattori genetici che influenzano i livelli infiammatori dei tessuti e pertanto la resistenza o meno ad allenamenti prolungati ed intensivi

Livello di performance: 70/100

Geni coinvolti

| Gene | Cromosoma | Genotipo | Risultato |
|------------|------------|------------|------------|
| [REDACTED] | [REDACTED] | [REDACTED] | [REDACTED] |
| IL6R | 1 | AA | ● ● ● |
| [REDACTED] | [REDACTED] | [REDACTED] | [REDACTED] |
| [REDACTED] | [REDACTED] | [REDACTED] | [REDACTED] |

Manifestazioni

- [REDACTED]
- **Favorita capacità di recupero**
- [REDACTED]
- [REDACTED]

Approfondimenti

- L'interleuchina 6 (IL6) è una citochina che stimola la risposta immunitaria in seguito ad un trauma [REDACTED]
a [REDACTED]
pr [REDACTED]
- IL6R è un recettore di citochine che regola la risposta infiammatoria, comandando un aumento della produzione di IL6. Nel test si analizza una regione del DNA che espone ad un livello di IL6R più elevato e pertanto uno stato infiammatorio più alto rispetto alla norma.
- [REDACTED]
alle [REDACTED]
ge [REDACTED]
alle [REDACTED]
• S [REDACTED]
da [REDACTED]
L'c [REDACTED]
alle [REDACTED]



GET FIT 365
Via D'Azeglio 41
Russi (RA)
0544050078
www.getfit365.it