



DNA TEST NUTRITION & HEALTH

SALUD

ALERGOLOGÍA

- Alergias polen, ácaros, gato
- Alergias alimentarias: cacahuete

CARDIOLOGÍA

- Hipertensión

INTOLERANCIAS

- Intolerancia gluten
- Intolerancia lactosa
- Intolerancia fructosa

NEUMOLOGÍA

- Asma

ODONTOLOGÍA

- Salud bucodental: enfermedad periodontal

TRAUMATOLOGÍA

- Discopatía lumbar/hernia discal
- Fractura estrés
- Epicondilitis (codo de tenis)
- Tendinopatía de Aquiles
- Esguince tobillo
- Lesión menisco
- Rotura ligamento cruzado anterior (*m).
- Luxación hombro

DERMATOLOGÍA

- Alopecia androgénica
- Alopecia areata
- Dermatitis atópica
- Psoriasis
- Celulitis

DIGESTIVO

- Hígado graso no alcohólico
- Enfermedad intestinal inflamatoria

ENDOCRINOLOGÍA

- Diabetes tipo II
- Obesidad
- Síndrome metabólico
- Hipotiroidismo

NEUROLOGÍA

- Migrañas

OFTALMOLOGÍA

- Degeneración macular asociada a la edad

REUMATOLOGÍA

- Artritis reumatoide
- Gota
- Osteoporosis

HÁBITOS DE RIESGO

- Alcohol: consumo
- Alcohol: dependencia
- Tabaco: consumo
- Tabaco: IMC

NUTRIGENÉTICA: DIETA

NUTRICIÓN/TENSIÓN ARTERIAL

- Tensión arterial: sensibilidad sal

APETITO

- Ingesta emocional
- Regulación apetito

PÉRDIDA DE PESO

- Dieta baja en grasa
- Dieta baja en HC
- Dieta balanceada
- Dieta mediterránea

GANANCIA DE PESO

- Ganancia peso – alto consumo grasa
- Ganancia peso – alto consumo HC

NUTRIGENÉTICA: NUTRIENTES

MINERALES

- Calcio
- Cobre
- Fósforo
- Magnesio
- Selenio
- Zinc

VITAMINAS

- Vit A
- Vit B6
- Vit B9 (ácido fólico)
- Vit B12
- Vit C
- Vit D
- Vit E
- Vit K

AMINOÁCIDOS

- Arginina
- Isoleucina
- Leucina
- Valina
- Glicina

NUTRIGENÉTICA: SUPLEMENTACIÓN

SUPLEMENTACIÓN DIETÉTICO-DEPORTIVA

- Coenzima Q
- Glutacion
- Antioxidantes (Se, Vit. A, C, E)

SUPLEMENTACIÓN/CAFEÍNA

- Regulación dosificación
- Consumo excesivo
- Insomnio
- Rendimiento físico

SUPLEMENTACIÓN/ÁCIDOS GRASOS OMEGA 3

- Pérdida peso
- Aumento colesterol HDL
- Reducción triglicéridos
- Reducción colesterol total

SUPLEMENTACIÓN/PÉRDIDA DE GRASA CORPORAL

- Picolinato de cromo – pérdida grasa
- Té verde – pérdida de grasa
- Capsaicina – pérdida grasa

ANALÍTICA

HORMONAS

- Testosterona: dehydroepiandrosterone
- Testosterona: dihidrotestosterona
- Insulina
- Adiponectina
- Cortisol
- Estradiol
- Estrona
- Folículo estimulante
- Leptina
- Luteinizante
- Tiroxina T4
- TSH/estimuladora tiroides
- Melatonina

PERFIL LIPÍDICO

- Colesterol HDL
- Colesterol LDL
- Colesterol total
- Triglicéridos
- Glicerofosfolípidos

ÁCIDOS GRASOS



- Omega 3: ácido alfa linolénico
- Omega 3: ácido docosahexaenoico
- Omega 3: ácido docosapentaenoico
- Omega 6: ácido araquidónico
- Omega 6: ácido gamma-linolénico (GLA)
- Omega 6: ácido linoleico
- Omega 7: ácido palmitoleico
- Omega 9: ácido oleico

MARCADORES DE DAÑO MUSCULAR

- Creatina quinasa
- Creatinina
- Proteína C reactiva

SERIE BLANCA: LEUCOCITOS

- Neutrófilos
- Monocitos
- Basófilos
- Eosinófilos

SERIE ROJA: HEMATÍES

- Hematíes
- Hematíes/volumen corpuscular medio
- Hemoglobina
- Hemoglobina corpuscular media

HIERRO

- Hierro
- Ferritina
- Transferrina
- Hecidina

BIOQUÍMICA

- Glucosa
- Hemoglobina glicosilada
- Ácido úrico
- GGT
- GPT
- GOT
- Albúmina
- Lactato

COMPOSICIÓN CORPORAL

TEJIDO GRASO

- Circunferencia cadera-cintura (ratio)
- Masa grasa subcutánea
- Masa grasa total
- Perímetro abdominal

TEJIDO MUSCULAR

- Masa magra (muscular y ósea)
- Circunferencia braquial (brazo)

TEJIDO ÓSEO

- Densidad mineral ósea cadera
- Densidad mineral ósea columna lumbar
- Volumen óseo total (*m).

ACTIVIDAD FÍSICA SALUDABLE

AEROBIC TRAINING: RESPUESTA CARDIOVASCULAR

- Reducción presión arterial
- Reducción frecuencia cardiaca

AEROBIC TRAINING: RESPUESTA INFLAMATORIA

- Reducción inflamación sistémica

AEROBIC TRAINING: RESPUESTA LÍPIDOS

- Incremento colesterol HDL
- Reducción triglicéridos
- Reducción grasa subcutánea

AEROBIC TRAINING: RESPUESTA METABÓLICA

- Pérdida peso

AEROBIC CAPACITY (VO2 MAX.)

- VO2 max (capacidad aeróbica)

POWER TRAINING: ENTRENABILIDAD

- Pérdida grasa subcutánea

FATIGA Y RECUPERACIÓN

ACTIVIDAD FÍSICA Y CALOR

- Eliminación de calor: vasodilatación

DOMS (AGUJETAS)

- DOMS

DESCANSO NOCTURNO

- Recuperación: calidad sueño
- Recuperación: duración sueño