

Perfis Esportivos



A prática esportiva é fundamental para se ter uma boa qualidade de vida, porém nem todos os indivíduos respondem da mesma forma ao esporte. A contribuição da herança genética no rendimento esportivo é conhecida há tempos e diversos estudos têm mostrado que existe uma hereditariedade dos fatores e das predisposições de condição física e psicológica. Desse modo, a variação e os fatores genéticos contribuem para o rendimento esportivo e influenciam na maneira como as pessoas respondem ao treinamento.

O desempenho esportivo é o resultado da contribuição e interação de muitos fatores. Esses fatores são classificados em: fatores ambientais e fatores genéticos. Entre os fatores ambientais cabe destacar a dieta, o tipo de treinamento e preparação, as condições atmosféricas, entre outros.



Os fatores genéticos são variações na sequência do DNA (polimorfismos) que conferem diferentes características aos indivíduos e que são importantes para o desempenho esportivo, como resposta muscular, resposta cardiovascular, inflamação e suscetibilidade a lesões, entre muitas outras. Segundo vários estudos, os fatores genéticos contribuem entre 20 a 50% na variação individual de certas características relacionadas ao desempenho esportivo. A análise genética dos perfis de esporte inclui variantes que são encontradas com mais frequência em atletas de elite e que supõem uma vantagem competitiva adicional ao treinamento em certas disciplinas.

Conhecer a genética relacionada ao esporte permite ajustar o treinamento e a dieta de acordo com os objetivos de forma personalizada, bem como conhecer a predisposição a possíveis lesões frequentes nos atletas.

Perfil genético SportGen

A análise genética consiste na avaliação de 67 polimorfismos envolvidos em diferenças individuais no desempenho esportivo. São analisados 38 polimorfismos relacionados à capacidade esportiva, 31 relacionados ao risco de lesão, 16 relacionados à doença cardiovascular e 3 relacionados às necessidades de suplementos nutricionais.

O que é avaliado:

1. Capacidade esportiva: câibras musculares, força, mobilização de lactato, energia no exercício, perfil de resistência, capacidade aeróbica.
2. Suscetibilidade a lesões: fraturas ósseas, inflamação muscular, lesões nos ligamentos, lesões musculares, recuperação muscular após lesão esportiva, tendinopatia.
3. Doença cardiovascular: doença coronariana, hipertensão.
4. Suplementos nutricionais: creatina, ácidos graxos ômega-3 e ômega-6, metabolismo da cafeína.

O perfil SportGen traz recomendações, orientativas, personalizadas para treinamento e nutrição com base nos resultados genéticos.

A informação fornecida é útil para realizar uma abordagem individualizada e global para a otimização do treinamento esportivo.

CÓDIGO	EXAME
SPORT	SPORTGEN

Genfit Básico - GENFIT

A prática esportiva é fundamental para se ter uma boa qualidade de vida, porém, nem todos os indivíduos respondem da mesma forma ao esporte. Isso se deve a variações genéticas que permitem personalizar o treinamento esportivo e dieta dependendo da genética individual. Este exame proporciona resultados em 4 áreas chaves que podem afetar a forma como o corpo do indivíduo é visto e sentido:

1. Capacidade de perda de peso.
2. Alimentação.
3. Nutrientes.
4. Resposta ao exercício.

Referencial Metodológico

O painel esportivo Genfit é um teste nutriesportivo que analisa seu perfil genético para projetar, com base em dados científicos confirmados e com uma precisão superior a 99%, um plano de treinamento e dieta ideal adaptado às suas características pessoais. Este teste genético irá ajudá-lo a definir uma estratégia personalizada para obtenção do seu máximo desempenho esportivo. Além disso, ele também fornece informações ao especialista para que ele possa fazer um plano nutricional personalizado adaptado ao seu perfil genético.

CÓDIGO	EXAME
GENFIT	GENFIT BÁSICO

Indicações

Os perfis genéticos de esporte são indicados para quem deseja:

- Melhorar seu desempenho desportivo através da personalização de seu treinamento e nutrição
- Prevenir, na medida do possível, lesões frequentes da atividade física