



GENODIET
TWOJE GENY WSKAŻĄ CI DROGĘ DO ZDROWIA

”Niechaj pożywienie będzie lekarstwem, a lekarstwo pożywieniem”

Hipokrates

Człowiek rodzi się z określonym zespołem genów: jedne z nich warunkują podatność na choroby, a inne przed nimi chronią. Sztuka polega na tym, żeby skutecznie pobudzać te drugie.

Teraz jest to możliwe dzięki badaniu genetycznemu **GENODIET COMPLETEO** i jego analizie opracowanej przez specjalistów.

Etapy badania po prawej

Zdrowie, forma, radość życia!



Dowiedziano, że niewłaściwy, nieodpowiedni, jednostronny/monotematyczny, niedoborowy sposób odżywiania oraz tendencja do przejadania się może wywołać ponad 80 rodzajów chorób.

Ponad 1/3 Polaków (ponad 12 milionów ludzi) boryka się ze schorzeniami dietozależnymi.

Według WHO w krajach wysoko uprzemysłowionych przyczyną aż **74% zgonów** są choroby dietozależne.

Przyczyną **zgonów 50 % Polaków** są dolegliwości układu krążenia, najczęściej choroby niedokrwienne serca.

Czy można to zmienić?

Żyj w zgodzie z własnym DNA!

Problemy metaboliczne mogą być spowodowane słabą jakością pożywienia i błędami popełnianymi w trakcie doboru składników odżywczych - wynikającymi m.in. z zaburzonego obrazu potrzeb organizmu. Potwierdza się tu zasada, że **jedzenie może być najlepszym lekarstwem albo trucizną**.

Badanie Genodiet pomaga zgromadzić oraz usystematyzować wiedzę na temat indywidualnego programu żywieniowego - opracowywanego na bazie analizy DNA i odwołującego się do charakterystycznych cech metabolicznych danego pacjenta.

Każdy z nas ma szansę wpływać na ekspresję genów. **Program żywieniowy uwzględniający informacje o wrodzonych predyspozycjach organizmu i nietolerancjach pokarmowych może wzmocnić ochronę przed chorobami dietozależnymi lub wesprzeć prowadzone terapie.**

Unikalna wartość Genodiet Completo kryje się nie tylko w samym oznaczeniu genów, ale przede wszystkim w ocenie ich wzajemnego wpływu na siebie. Wybitni naukowcy, którzy pracowali nad formułą badania, dążyli do tego, by w wyniku analizy DNA zdobyć rozległą wiedzę na temat indywidualnych zachowań organizmu - wynikających z przypisanych każdemu z nas genetycznych uwarunkowań. **Ma to służyć zapobieganiu wystąpienia wielu chorób bądź skutecznie wspierać prowadzone już terapie.**

Szefem naukowym nadzorującym m.in. formułę badań Genodiet Completo jest prof. medycyny i biochemii klinicznej Giovanni Scapagnini.



- Członek "American Society for Neuroscience",
- Sekretarz Generalny Fundacji ONLUS "Ricerca e Progresso" (Badania i postęp),
- Członek Rady Naukowej "American Academy of Anti-Aging Medicine",
- Przedstawiciel Zarządu i Założyciel Towarzystwa Naukowego SINUT- Włoskie Stowarzyszenie Nutriceutyki,
- Sekretarz Naukowy i Założyciel Towarzystwa Naukowego CLIMAA (na rzecz długowieczności i medycyny Anti-Aging).
- Autor kilkudziesięciu publikacji w najbardziej prestiżowych magazynach naukowych, wielu badań klinicznych i kilku patentów naukowych.

Indywidualny program żywieniowy

GENODIET COMPLETEO pozwala specjalistom: lekarzom, dietetykom i rehabilitantom opracować indywidualny program żywieniowy w taki sposób, by wspierać organizm na każdym etapie walki z chorobą, wzmacniając tym samym układ immunologiczny pacjenta.



Pakiet konsultacji genetycznych Genodiet został opracowany przez naukowców z czterech włoskich uniwersytetów w:

- Mediolanie,
- Modenie,
- Ferrarze
- Bolonii
- amerykańskiego uniwersytetu z Miami.



DF Medica prowadzi wspólne badania i działania oświatowe z polskimi naukowcami i placówkami badawczo - dydaktycznymi m.in. z:



MAŁOPOLSKIE
CENTRUM BIOTECHNOLOGII

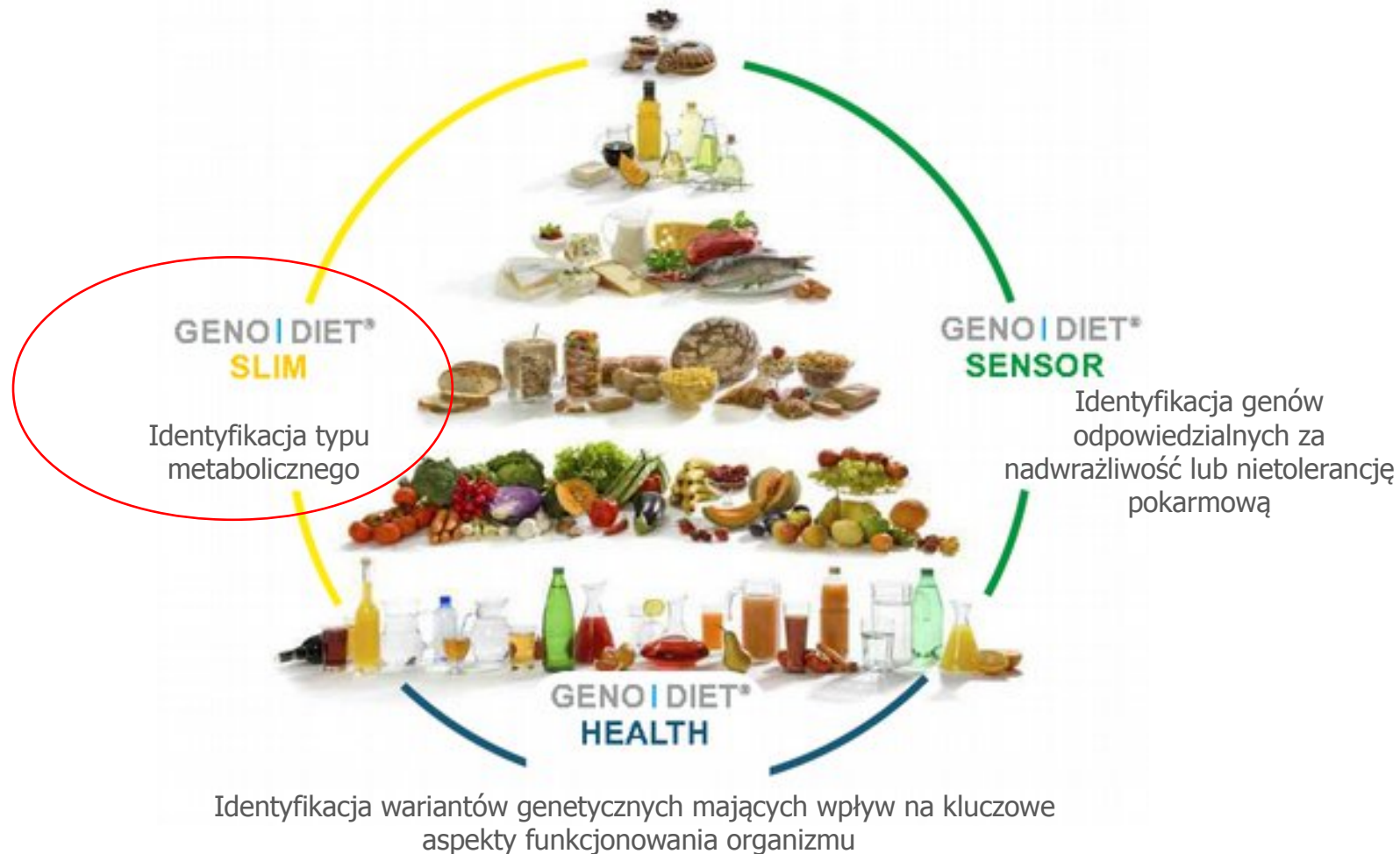




**GENY, METABOLIZM, CHOROBY I CHARAKTERYSTYCZNE
CECHY METABOLICZNE**

GENODIET SLIM

Badanie **Genodiet Completo** to kompleksowy program dbania o zdrowie. Pomaga ocenić ryzyko wystąpienia chorób dietozależnych, a jeśli zostaną one zdiagnozowane - wspiera prowadzone terapie. Składa się z 3 uzupełniających modułów:



GENODIET SLIM

Identyfikuje różne warianty kodu DNA, które wpływają na indywidualną zdolność metabolizowania tłuszczów i węglowodanów. Daje pacjentowi konkretne wskazówki służące osiągnięciu i utrzymaniu optymalnej masy ciała. **Jest to niezwykle ważne w procesie prowadzenia kuracji osób z nadwagą i niedowagą.**

Nawet jeśli nie mamy problemu z masą ciała, warto zbadać genetyczne predyspozycje do wystąpienia chorób dietozależnych np.: **nadciśnienia, zwężenia tętnic, udaru mózgu, tętniaka, zawału mięśnia sercowego, niektórych nowotworów, cukrzycy typu 2, próchnicy zębów, osteoporozy itp.**

**POZNANIE PROCESÓW METABOLICZNYCH
JEST KLUCZOWYM ELEMENTEM DBANIA O ZDROWIE I SIŁĘ ORGANIZMU.**

Genodiet Slim określa dokładnie ilość makroskładników, z których organizm chętniej czerpie energię i co wzmacnia jego układ odpornościowy.

Makroskładniki - rekomendacje

Tradycyjne badania nad żywieniem koncentrują się na założeniu, że wszyscy w danej populacji mają podobne zapotrzebowanie na składniki odżywcze, a różnice obejmują tylko dzieci, osoby starsze lub cierpiące na schorzenia metaboliczne.

% energii z węglowodanów – 48-65%

% energii z tłuszczu – 25-30%

% energii z białka – 10-15%

sugestia maksymalnej podaży białka na poziomie 35% energii

Fragment przykładowego wyniku

GENE	VARIANT	GENOTYPE	
Peroxisome proliferator activated receptor - g	PPARG_rs1801282	C	C
Apolipoproteina E	APOE_rs429358	T	T
Apolipoprotein E	APOE_rs7412	C	C
Fat mass and obesity associated	FTO_rs9939609	A	T



PROFIL DIETETYCZNY

E

W odniesieniu do przybierania na wadze, osoby te są mniej wrażliwe na węglowodany niż na tłuszcze, z tego względu, źle dobrana dieta, charakteryzująca się dużą zawartością tłuszczów, sprzyja przybieraniu na wadze i zwiększeniu obwodu w talii.

TŁUSZCZE 25% - 35%

WĘGLOWODANY > 48%

Dlaczego badamy właśnie te geny?

Otyłość należy do jednej z 80 chorób dietozależnych - wynikających z nieprzestrzegania prawidłowej diety lub spożywania żywności o niewłaściwych parametrach zdrowotnych.

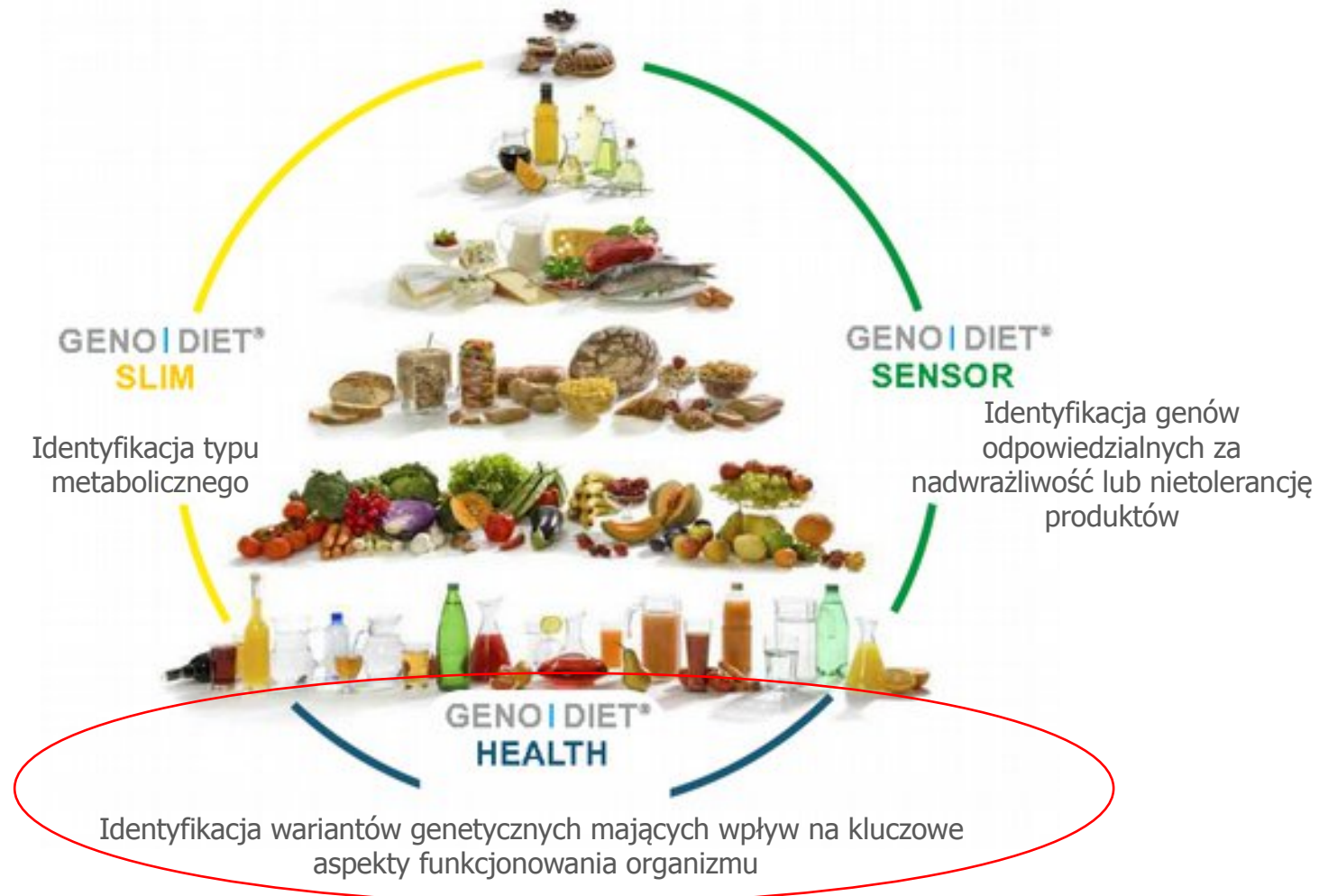
W przedstawionym badaniu wyselekcjonowano geny, których polimorfizmy zwiększają skłonność organizmu do gromadzenia tkanki tłuszczowej lub przeciwnie - zapobiegają rozwojowi otyłości.

Wzajemne korelacje wariantów genów: PPARg, APOE, FTO zostały potwierdzone naukowo i nie pozostawią wątpliwości.



GENODIET HEALTH

Moduł Health analizuje warianty genetyczne ważnych dla organizmu procesów m.in. **metabolizm witaminy D, kwasu foliowego i homocysteiny. Ocenia potencjał antyoksydacyjny pacjenta i wpływ jego DNA na poziom cholesterolu.**



Pewnych zmian chorobowych nie da się uniknąć, ale można próbować spowolnić ich bieg i wzmocnić swoją walkę z nimi. Powszechnie stosowane narzędzia diagnostyczne oceniają aktualny stan zdrowia, nie zawsze wskazując przyczynę zaburzeń czy schorzeń. **Określenie rzeczywistych potrzeb organizmu umożliwia optymalizację programu odżywiania, który wspiera osobistą ochronę np. przed cukrzycą typu 2, udarami, wylewami czy nadciśnieniem.**

Ocena indywidualnych predyspozycji genetycznych pomaga przewidzieć pewne reakcje naszego organizmu i w porę im przeciwdziałać. Każdy moduł badania przynosi szereg ważnych informacji na jego temat, a ich zestawienie przyczynia się stworzenia rozległej panoramy wiedzy na temat pacjenta.

Moduł Health określa predyspozycje genetyczne dotyczące najważniejszych procesów metabolicznych w organizmie, które często, jak w efekcie domina, jeden wpływa na drugi, a wszystkie są połączone także z predyspozycjami określonymi w module Slim i Sensor.

Optymalny poziom kwasu foliowego jest istotny ze względu na ilość procesów metabolicznych, w których bierze udział:

- przyczynia się do obniżenia poziomu homocysteiny nasilającej stany zapalne i procesy miażdżycowe oraz związane z nimi dysfunkcje układu sercowo – naczyniowego
- bierze udział w syntezie kwasów nukleinowych, z których powstaje DNA, nasza genetyczna matryca
- reguluje wzrost i funkcjonowanie wszystkich komórek
- wraz z witaminą B12 uczestniczy w tworzeniu i dojrzewaniu czerwonych krwinek
- przy jego udziale powstają niezwykle ważne dla równowagi psychicznej związki: kojąca i uspokajająca serotonina oraz noradrenalina - odpowiedzialna za dynamikę i aktywność organizmu.



Niedobór witaminy D, wynikający z jej osłabionego metabolizmu, może przyczyniać się do:

- rozwoju chorób układu sercowo – naczyniowego (witamina D wpływa korzystnie na utrzymanie prawidłowego ciśnienia krwi)
- zaburzeń gospodarki węglowodanowo - tłuszczowej - cukrzycą typu 2 i innymi zaburzeniami metabolicznymi jej towarzyszącymi
- zwiększenia ryzyka wystąpienia nowotworów złośliwych – przede wszystkim piersi, jelita grubego, prostaty i nerek
- upośledzenia funkcji mentalnych oraz rozwoju niektórych chorób o podłożu psychicznym np. schizofrenia, depresja
- rozwoju osteoporozy oraz nieprawidłowego jej rozpoznawania
- rozwoju poważnych chorób immunologicznych takich jak stwardnienie rozsiane czy reumatoidalne zapalenie stawów.



Wielonienasycone kwasy tłuszczowe:

- dzięki właściwościom przeciwzapalnym wykazują działanie przeciwmiażdżycowe i przeciwnowotworowe
- obniżają stężenie „złego” cholesterolu (LDL) i podnoszą stężenie „dobrego” cholesterolu (HDL)
- odgrywają ważną rolę we wspomaganiu prawidłowej pracy mózgu i oczu



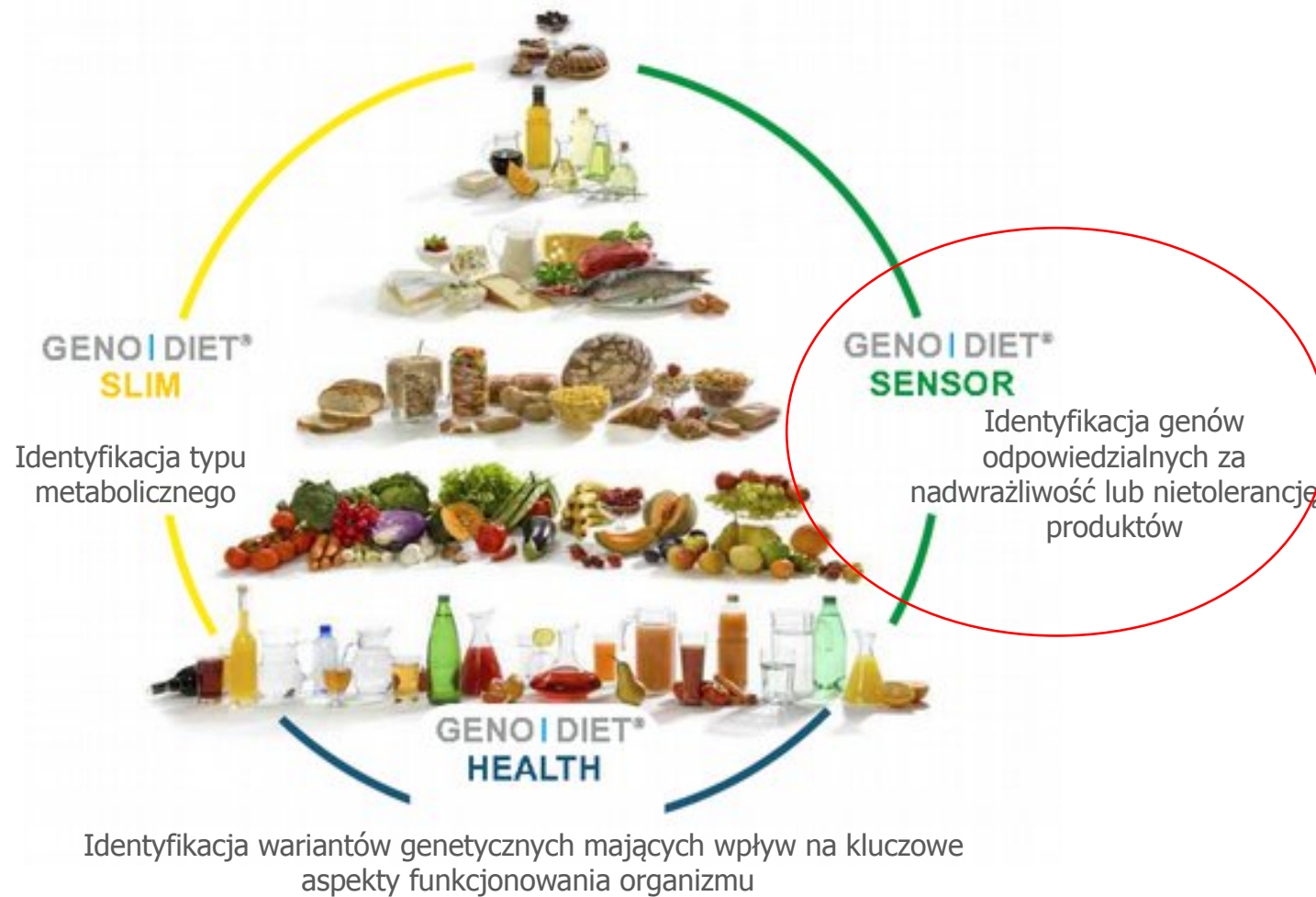
Potencjał antyoksydacyjny ogrywa kluczową rolę w procesie wzmacniania mechanizmów obronnych człowieka - zwłaszcza w przypadku leczenia chorób przewlekłych.

Decydujące znaczenie mają tu czynniki genetyczne wpływające na funkcjonowanie systemu oczyszczania organizmu z nadmiaru wolnych rodników.



GENODIET SENSOR

Badanie **Genodiet Completo** to pełny zakres konsultacji genetycznych, składających się z 3 uzupełniających się modułów.



Identyfikuje geny odpowiedzialne za wrodzoną nadwrażliwość pacjenta na sól i kofeinę, a także nietolerancję na laktozę oraz gluten. Bagatelizowanie opisanych stanów potęguje ryzyko wielu dolegliwości.

Nietolerancja
laktozy

Powód: Brak enzymu laktazy
Skutek: Jelita nie są w stanie trawić znacznych ilości laktozy, czyli cukru zawartego przede wszystkim w mleku, co może powodować: biegunkę nadmierne wytwarzanie gazów jelitowych, wzdęcia i kurczowe bóle brzucha.

Celiakia

Powód: Występowanie klasy DQ2 i DQ8 antygenów HLA – choroba autoimmunologiczna
Skutek: Otyłość, anemia, choroby skórne, problemy z trawieniem.

Wrażliwość
na kofeinę

Powód: Powolny metabolizm kofeiny, spowodowany konkretną zmiennością genetyczną
Skutek: Większe ryzyko zawału serca.

Wrażliwość
na sól

Powód: Występowanie genu wrażliwości na sól
Skutek: Skłonność do rozwoju nadciśnienia i związanych z nim chorób.





PACJENCI GENODIET COMPLETEO

Historie pacjentów opisane w kolejnych slajdach są doskonałą ilustracją złożonego procesu diagnostyki.

Powiązane ze sobą informacje o genetycznych predyspozycjach organizmu i sygnały, które może on systematycznie wysyłać - wymagają precyzyjnej analizy i zespolenia ze sobą wielu obszarów przyczyniających się do niwelowania ryzyka rozwoju chorób zależnych od diety.

Ważne, by w odpowiednim momencie nadać im właściwy bieg.



BADANA OSOBA:

Dziewczynka w wieku 8 miesięcy

PROBLEM:

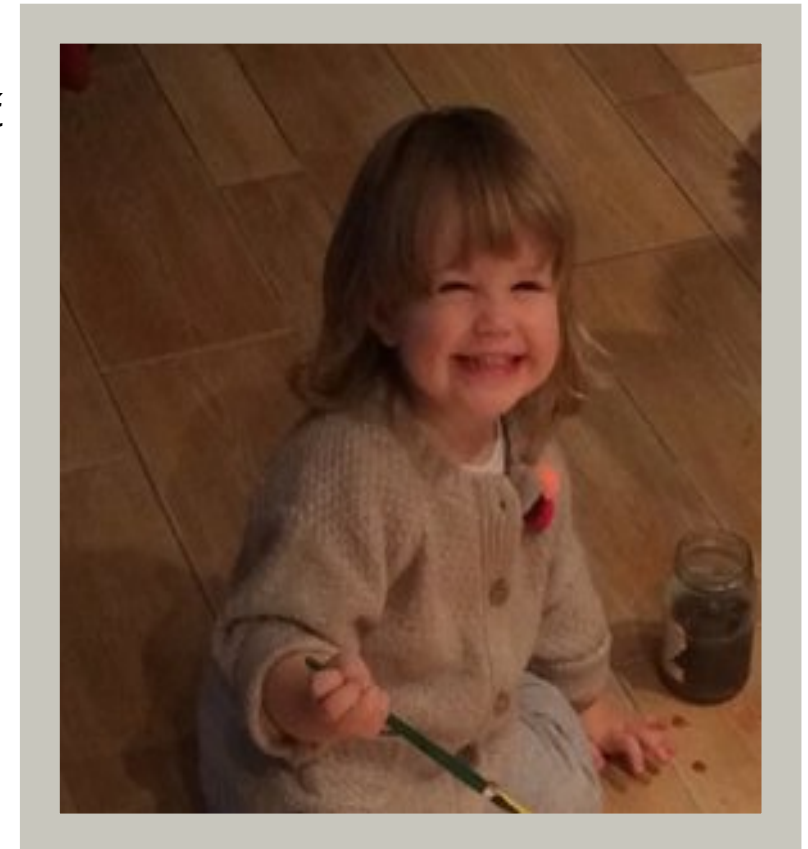
Zdiagnozowane alergie, wykwity na skórze, zaczerwienienia, niska odporność
Regularnie przyjmowała sterydy i leki przeciwalergiczne

ZMIANY WPROWADZONE DZIĘKI BADANIU GENODIET:

- Właściwie zbilansowana pod względem makroskładników dieta
- Ograniczenie spożycia węglowodanów
- Eliminacja soli
- Eliminacja kofeiny (rezygnacja z lekarstw zawierających kofeinę oraz czekolady)

EFEKT:

- ✓ **Brak alergii mimo odstawienia leków**
- ✓ **Wzrost odporności**
- ✓ **Prawidłowy rozwój fizyczny i emocjonalny**



BADANA OSOBA:

Dziewczynka w wieku 18 miesięcy.

PROBLEM:

Zaburzenia rozwoju: zahamowany wzrost, niska masa ciała.
Bładość skóry.

ZMIANY WPROWADZONE DZIĘKI BADANIU GENODIET:

- Właściwie zbilansowany sposób odżywiania
- Wykluczenie z diety glutenu (ponad 80% ryzyka rozwoju celiakii)
- Wykluczenie laktozy

EFEKT:

- ✓ Po 2 miesiącach dziewczynka przybrała na wadze i zaczęła rosnać
- ✓ Poprawa koloru skóry
- ✓ Prawidłowy rozwój
- ✓ Regularna kontrola dietetyka
- ✓ Zmiana nawyków żywieniowych



BADANA OSOBA:

Mężczyzna , 47 lat

PROBLEM:

Zdiagnozowana i leczona osteopenia, później osteoporoza. PRZEZ 15 LAT BRAK POPRAWY!
Suplementacja witaminą D (od 1000 do 2000 jednostek).

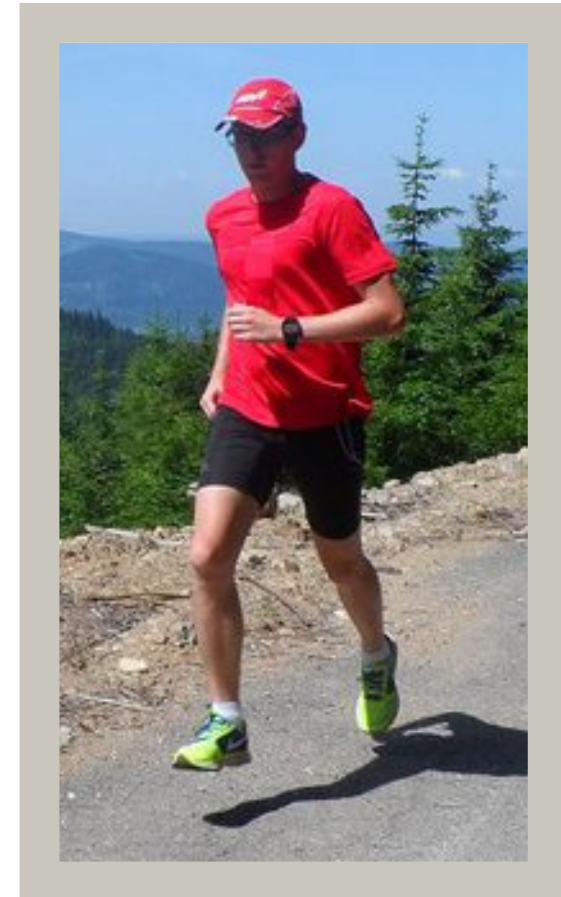
Zalecano zwiększone spożycie mleka i produktów mlecznych oraz ograniczenie aktywności fizycznej ze względu na ryzyko złamań, co spotęgowało dyskomfort psychiczny

ZMIANY WPROWADZONE DZIĘKI BADANIU GENODIET:

- Włączenie do diety dużych ilości produktów przeciwutleniających ze względu na niską detoksykację organizmu
- Eliminacja laktozy, czyli wszystkich produktów mlecznych
- Suplementacja witaminą D
- Powrót do aktywności fizycznej

EFEKT:

- ✓ Pierwszy raz od 15 lat prawidłowy poziom witaminy D w organizmie
- ✓ Odczuwalna poprawa jakości życia - komfort fizyczny i psychiczny.
- ✓ Zahamowany dalszy rozwój osteoporozy



BADANA OSOBA:

Młody chłopak, 24 lata.

PROBLEM:

Od lat lekka nadwaga i problemy skórne - zmiany ropne, stany zapalne i przebarwienia. Długotrwałe i kosztowne terapie dermatologiczne oraz dietetyczne nie przynosiły poprawy. Odczuwalny duży dyskomfort psychiczny.

ZMIANY WPROWADZONE DZIĘKI BADANIU GENODIET:

- Ograniczenie spożycia węglowodanów ze względu na ich niski metabolizm
- Zwiększenie spożycia białka
- Wyeliminowanie z diety glutenu (prawdopodobna celiakia)
- Rezygnacja z produktów zawierających laktozę (pierwotna nietolerancja)

EFEKT:

- ✓ **Po 2 miesiącach zauważalna poprawa wyglądu skóry, złagodzenie stanów zapalnych.**
- ✓ **Znaczna poprawa samopoczucia**
- ✓ **Utrata kilku kilogramów**



BADANA OSOBA:

Kobieta, 40 lat.

PROBLEM:

Osłabiona odporność organizmu, spadek energii, problemy z wydolnością przy aktywności fizycznej.

Pacjentka przez wiele lat bezskutecznie leczona na cukrzycę i z podejrzeniem innych chorób endokrynologicznych. Stosowane diety nie przynosiły pożądanych efektów - redukcji masy ciała i wzmocnienia organizmu.

Martwa ciąża i powikłania będące jej następstwem.

ZMIANY WPROWADZONE DZIĘKI BADANIU GENODIET:

- Dostosowanie sposobu żywienia do indywidualnych potrzeb organizmu
- Wyeliminowanie glutenu z diety – rozwój celiakii
- Suplementacja witaminą D
- Właściwy dobór produktów zawierających związki przeciwutleniające
- Wprowadzanie aktywności fizycznej 4 razy w tygodniu

EFEKT:

- ✓ **Koniec leczenia na cukrzycę oraz problemów z hormonami**
- ✓ **Znaczne zmniejszenie masy ciała**
- ✓ **Poprawa samopoczucia – odzyskana witalność i radość życia**
- ✓ **Wzmocnienie odporności organizmu**



Zapraszamy do kontaktu z nami:
Marek Poleszak
e-mail: m.poleszak@dfmedicapolska.pl
Tel.: 607 567 804

Biuro
DF Medica Polska Sp.J.
ul. Zawajska 36
02-927 Warszawa
office@dfmedicapolska.pl
www.dfmedica.eu