

Actuar para prevenir enfermedades


- Tu genética es única.
- La medicina genómica revela por qué cada persona es diferente y tiene características propias que la hacen única.
- Estas características dadas por los genes, están condicionadas por los hábitos nutricionales y el estilo de vida de cada persona.
- Un estudio de ADN permite adoptar medidas preventivas para mejorar la salud y la calidad de vida.
- La medicina genómica te ofrece un pronóstico personalizado, para ayudarte a prevenir enfermedades o trastornos que puedes evitar.

SportGen

Código: 98032

SportGen permite establecer el programa de entrenamiento más adecuado según sus genes.

 Enviar 5 mL sangre EDTA

 Indispensable enviar consentimiento informado junto a la muestra



C/ Pablo Iglesias, 57
08908 Hospitalet de Llobregat
Barcelona · (+34) 932 593 700
www.referencelaboratory.es

sport.EST0119.2



SportGen

Encuentre el entrenamiento que
más se adecua a su genética



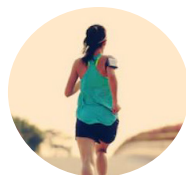
SportGen

Conocer alteraciones en el ADN que están involucradas en la práctica del deporte, ayuda a **escoger el tipo de ejercicio o deporte más adecuado para cada persona.**

Factores genéticos influyen en la práctica del deporte. **La capacidad física está condicionada por la genética.** El ejercicio es una actividad que debe adaptarse a las posibilidades individuales.

Antes de iniciar una actividad deportiva es aconsejable un reconocimiento médico, asegurando que el ejercicio va a tener **efectos positivos para la salud.**

SportGen ayuda a establecer rápidamente un programa de entrenamiento, basado en el perfil genético, y evitar lesiones asociadas a la actividad física, según la **capacidad y requerimientos innatos de cada persona.**



El rendimiento físico puede venir influenciado por varios factores. Entre ellos, la actividad física, la dieta y **determinados polimorfismos genéticos, condicionan una buena actividad deportiva.**



Diversas **variantes genéticas** de la persona pueden influir en la **resistencia, oxigenación, rendimiento cardíaco, tamaño muscular** y composición de las fibras musculares.



Diversos **factores genéticos** pueden indicar un **riesgo de lesiones**, prolongar el tiempo de recuperación o destacar una susceptibilidad aumentada a desarrollar determinadas enfermedades.



Conocer los genes permite **conocer si una persona está genéticamente mejor capacitada para los deportes de potencia o de resistencia, o una mezcla de ambos.**



SPORTgenes informa los requerimientos nutricionales y hábitos de vida más adecuados para cada persona. Una dieta adecuada y una correcta respiración, son elementos clave de la energía muscular, que dependiendo de la genética, se debe gestionar de forma individualizada.



Una presión excesiva en los músculos, tendones o ligamentos durante la actividad física, puede dar lugar a una lesión que puede incluso originar una ruptura completa. **SPORTgenes informa la susceptibilidad individual a las lesiones y la probabilidad de una recuperación rápida.**



Los **neurotransmisores** regulan los procesos emocionales. Cuando su concentración es adecuada, la persona se siente motivada. **Si sus niveles son insuficientes, las señales de motivación se reducen,** dando lugar a una falta de capacidad de concentración, aletargamiento, estrés o falta de interés.