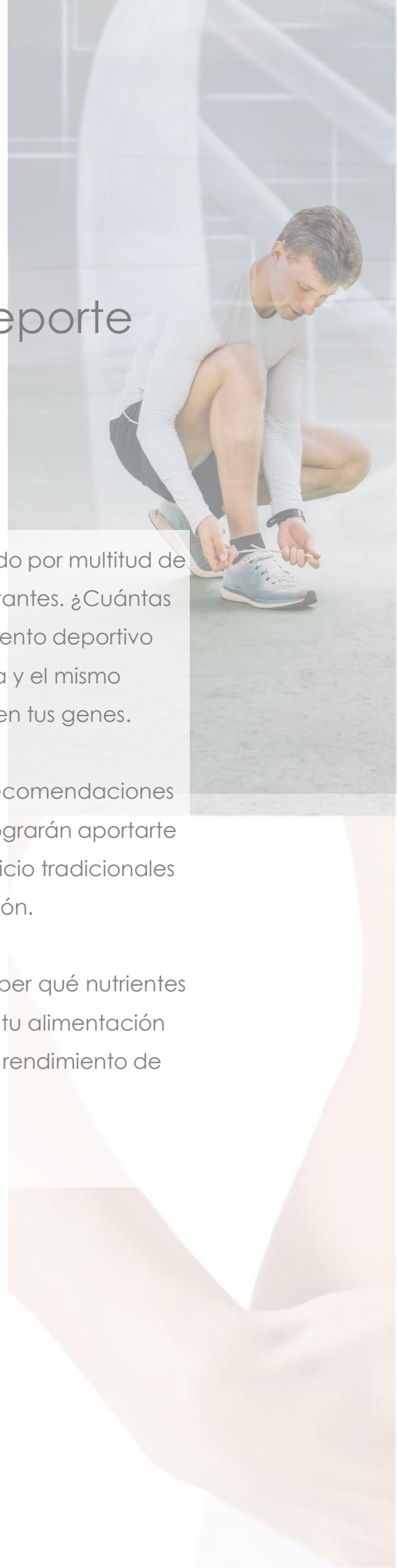


## Programa nutrigenética y deporte

El rendimiento deportivo es un rasgo complejo influenciado por multitud de factores, siendo la genética y la nutrición los más importantes. ¿Cuántas veces te has preguntado por qué obtienes un rendimiento deportivo diferente al de otra persona si seguís la misma dieta y el mismo entrenamiento? La respuesta a esta pregunta está en tus genes.

Conocer tu información genética nos permite ofrecer recomendaciones nutricionales y rutinas de ejercicio personalizadas, que lograrán aportarte mayor beneficio que las pautas de alimentación y ejercicio tradicionales basadas en lo mismo para toda la población.

Así, gracias a la realización de este estudio, podremos saber qué nutrientes te favorecen más y adaptar de manera personalizada tu alimentación para planificar tu rutina de entrenamiento y mejorar tu rendimiento de forma más ajustada a tu perfil.



# ¿Qué incluye?

## Módulo intolerancias alimentarias:

- Intolerancia a la fructosa
- Intolerancia a la histamina
- Intolerancia a la lactosa
- Intolerancia al gluten (celiaquía)

## Módulo Nutrigenética:

- Asimilación de carbohidratos
- Asimilación de grasas
- Hipertensión y consumo de sal
- Grasas monoinsaturadas
- Grasas poliinsaturadas
- Asimilación de grasas saturadas
- Percepción del gusto amargo
- Metabolización del alcohol

## Módulo patologías:

- Artritis reumatoide
- Colesterol
- Colitis ulcerosa
- Enfermedad de Crohn
- Diabetes tipo I
- Diabetes tipo II
- Estrés oxidativo y envejecimiento
- Gota
- Hemocromatosis Hereditaria
- Hígado graso no alcohólico
- Hipotiroidismo Primario
- Osteoporosis
- Hipertrigliceridemia

## Módulo suplementación nutricional:

- Cobre
- Potasio
- Luteína y zeaxantina
- Fósforo
- Selenio
- Vitamina A
- Vitamina grupo B12, B6, B9, B2, B7
- Vitamina C
- Vitamina D
- Vitamina E
- Zinc

## Módulo composición corporal:

- Saciedad y apetito
- Celulitis
- Respuesta al ejercicio físico
- Hipertrofia
- Recuperación del peso perdido
- Sobrepeso

## Módulo capacidad deportiva:

- Perfil de fuerza-velocidad
- Eficiencia del sistema oxidativo
- Perfil de resistencia
- Movilización del lactato
- Capacidad aeróbica (VO2max)
- Perfil de resistencia física

## Módulo lesiones:

- Fracturas óseas
- Calambres musculares
- Inflamación muscular y ejercicio físico
- Lesiones del ligamento
- Lesiones musculares
- Capacidad de regeneración muscular tras una lesión
- Tendinopatías

## Suplementación deportiva:

- Arginina
- Beta-alanina
- Metabolización de la cafeína
- Calcio
- Carnitina
- Creatina
- Cisteína
- Hierro
- Glutación
- Glutamina
- Melatonina
- Magnesio
- Coenzima Q10
- Testosterona
- Omega 7
- Prolina
- Tirosina

## PRODUCTOS Y SERVICIOS ASOCIADOS

Seguimiento Nutricional Automatizado al mes  
Formulación Nutracéutica (suplementos nutricionales)  
Entrenamiento Masa Muscular al mes  
Entrenamiento Resistencia al mes  
Formulación Nutracéutica  
Formulación Suplementación Deportiva