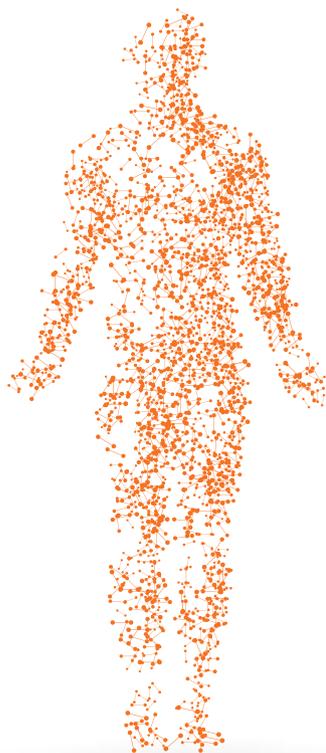


**Este é o primeiro passo
para uma estratégia
nutricional personalizada.**

**A partir de agora
COMEMOS COMO SOMOS.**



Continua às voltas com dietas?

**Está na altura de consultar
os seus genes.**

O teste FoodHealth, depois
de avaliado pelo seu médico
ou nutricionista, servirá de
base para um plano nutricional
personalizado e eficaz.



Grupo Germano de Sousa

Sede e Laboratório Central
Pólo Tecnológico de Lisboa, Rua Cupertino de Miranda, 9 - Lote 8 1600-513 Lisboa

Sede Laboratorial do Norte
Edifício Trindade Domus - Rua Heróis Martires de Angola, 15 - 4000-285 Porto

    www.germanodesousa.com

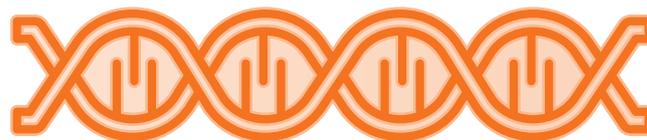
LIFESTYLE GENOMICS®
genetica.germanodesousa.com

Perfil Bioquímico

Avaliamos os seus 18 parâmetros atuais com impacto no **organismo**, na **dieta** e nos **hábitos**.

Descubra como estão os seus níveis atuais de:

- › Glicémia
- › Hemoglobina glicada
- › Colesterol HDL
- › Colesterol LDL
- › Colesterol Total
- › Triglicéridos
- › Gama GT
- › AST/GOT
- › ALT/GPT
- › Proteína C reactiva
- › Sódio
- › Potássio
- › Ureia
- › Creatinina
- › VitB12
- › Vitamina D Total
- › Cálcio
- › Fósforo



Perfil Genético

Avaliamos 102 variantes genéticas, presentes em 75 genes com impacto no **organismo**, na **dieta** e nos **hábitos**.

Organismo

Determinamos a sua predisposição genética para as seguintes características:

- › Resistência à insulina, adiposidade central, triglicéridos elevados, Colesterol LDL elevado, dificuldade na perda de peso e na recuperação de peso perdido, bem como a dificuldade no controlo de apetite.

Dieta

Determinamos a sua predisposição genética para o impacto de:

- › Gorduras totais, sal, cafeína, hidratos de carbono complexos, proteínas, vitaminas, fibras, restrição calórica, gorduras poliinsaturadas e gorduras monoinsaturadas.
- › Também determinamos a sua predisposição genética para a intolerância à lactose e ao glúten.

Hábitos

Determinamos a sua predisposição genética para o impacto de:

- › Adoção de estratégias de saciedade, sono regular e prática de exercício físico.

O Perfil Genético do Teste FoodHealth é válido para toda a vida.

Realize o teste FoodHealth num dos 550 postos de colheita Germano de Sousa de Norte a Sul.

 www.germanodesousa.com
lifestylegenomics@germanodesousa.com | T. +351 210 416 538