



Evaluación nutricional y de estrés oxidativo

Según la OMS, la nutrición es uno de los pilares de la salud y del desarrollo. En personas de todas las edades, una nutrición adecuada permite contraer menos enfermedades y gozar de una salud más robusta.

Las enfermedades crónicas relacionadas con la alimentación son cada vez más frecuentes en nuestra sociedad, como consecuencia de cambios en la alimentación y el estilo de vida, y suponen la primera causa de muerte en el mundo.

La dieta saludable y la actividad física suficiente y regular son los principales factores de promoción y mantenimiento de una buena salud durante toda la vida.

Nutrición, salud y prevención de enfermedades

La dieta juega un importante papel en el mantenimiento de nuestras facultades físicas y mentales a lo largo de toda la vida, así como en la prevención de enfermedades.

La deficiencia de determinadas moléculas procedentes de la dieta ocasiona problemas de salud frecuentes (como fatiga, trastornos del estado de ánimo, alteraciones del sueño, etc.) e incrementa el riesgo de enfermedades crónicas (como inflamación, depresión, enfermedades cardiovasculares, cáncer, etc.). Asimismo, el estrés oxidativo es responsable del envejecimiento prematuro y también está implicado en numerosas enfermedades crónicas. Una dieta equilibrada también ayuda en el control del equilibrio entre prooxidantes y antioxidantes, reduciendo el estrés oxidativo.



Por consiguiente, las enfermedades crónicas son evitables en gran medida con un estilo de vida saludable, que incluya una dieta equilibrada y la práctica regular de ejercicio físico.

El perfil nutricional **NutriScreen** es una manera sencilla y fácil de evaluar y controlar nuestra salud.

Perfil nutricional NutriScreen

El análisis evalúa los siguientes biomarcadores:

Ácidos grasos en eritrocitos

Análisis de ácidos grasos saturados, trans, monoinsaturados y poliinsaturados. Una dieta rica en grasas saturadas, trans o poliinsaturadas omega 6 puede desencadenar procesos cardiovasculares o

inflamatorios, mientras que una rica en monoinsaturadas y poliinsaturadas omega 3 ejerce una influencia muy positiva en la inflamación, la inmunidad y la coagulación sanguínea.

Marcadores de estrés oxidativo

- **8-OH-deoxiguanosina:** es un biomarcador de la oxidación del ADN, la cual puede producir mutagénesis espontánea y estar implicada en la carcinogénesis.
- **Anticuerpos anti-LDL oxidado:** es un biomarcador de la oxidación de los lípidos, y juega un papel muy importante en el proceso de aterosclerosis.
- **Cobre:** es un metal prooxidante, de forma que su exceso acentúa el proceso de oxidación. También está implicado en procesos inflamatorios.
- **Cinc y selenio:** son cofactores de enzimas antioxidantes, de forma que ayudan a combatir el exceso de radicales libres y su acción en el organismo.

Homocisteína

Es un biomarcador de riesgo cardiovascular y su exceso puede indicar un déficit de vitaminas B₆, B₉ o B₁₂, las cuales son esenciales para la salud.

El perfil nutricional **NutriScreen** facilita información nutricional práctica (tanto de macronutrientes como de micronutrientes), a partir de la cual modificar la dieta del paciente con un plan personalizado.

Indicaciones

El perfil nutricional **NutriScreen** se puede realizar a cualquier edad (infancia, adolescencia, edad adulta y vejez) y está especialmente indicado en:

- Personas que deseen gestionar proactivamente su salud
- Personas con problemas de salud o enfermedades crónicas
- Personas con antecedentes familiares de enfermedades crónicas.

Requisitos

Muestra: sangre y orina de primera hora de la mañana. Utilizar el kit específico de recogida de muestras **NutriScreen** que proporciona el laboratorio. Es necesario estar en ayunas.