24Genetics
Maria, ecco il vostro test genetico della pelle e del capello

Indice dei contenuti

1. Introduzione 3

1.1. Metodologia che utilizziamo per il vostro rapporto 3

1.2. Domande frequenti 5

2. Sommario 8

3. Risultati genetici 10

3.1. Come comprendere i risultati? 10

3.2. I tuoi risultati genetici 11

1. Introduzione

Nelle pagine seguenti vi proponiamo il report sulla cura della pelle e dei capelli ottenuto dall'analisi del DNA. Contiene informazioni sulle tue predisposizioni genetiche riguardanti pelle e capelli.

Di seguito vengono dettagliati gli aspetti essenziali da considerare prima di leggere questo rapporto.

Processo con il quale otteniamo il tuo report personalizzato

Il processo che seguiamo per produrre il vostro rapporto su pelle e capelli consiste in:

1. **Estrai il DNA** dal campione di saliva che ci hai inviato.

2. Trasformare i dati biologici contenuti nel DNA in dati bioinformatici. Questo processo è chiamato **sequenziamento**. Se avevi già sequenziato il tuo DNA, questi primi due passaggi non erano necessari e siamo passati direttamente al passaggio 3, con i dati grezzi della tua mappa genetica (file RAW DATA).

3. **Gli algoritmi** sviluppati esclusivamente da 24Genetics a questi dati informatici, che ci consentono di ottenere il tuo rapporto personalizzato.

Come potete vedere, combiniamo processi puramente biologici con processi informatici, in modo che, senza perdere un briciolo di rigore scientifico, possiamo elaborare enormi quantità di informazioni e offrirvi rapporti così dettagliati.

Com'è il nostro algoritmo?

L'algoritmo di 24Genetics si basa sull'analisi e **sullo studio di migliaia di pubblicazioni** (chiamate "papers" in ambiente scientifico), contrastate, validate e riconosciute dalla comunità scientifica a livello internazionale, e che aggiungono valore ai nostri resoconti.

Grazie all'affidabilità del nostro test di ascendenza, il primo passo della nostra analisi genetica è identificare il sesso e l'ascendenza di ciascun individuo. Da lì, applichiamo esclusivamente gli studi appropriati per ciascun profilo, quando possibile . Per ottenere il report genetico di una donna europea, solitamente non si utilizzano, ad esempio, studi la cui popolazione analizzata era esclusivamente maschile o asiatica. A questo punto potremmo applicare un unico studio, ma quello che facciamo è unire **una moltitudine di pubblicazioni validate** , perfezionando il processo con l'uso dell'intelligenza artificiale. In questo modo riusciamo ad applicare tutte le conoscenze scientifiche disponibili per calcolare le diverse predisposizioni genetiche.

In questo modo otteniamo **precisione e affidabilità nei nostri risultati.**

Metodologia

I nostri report genetici sono ottenuti sulla base di 3 tipologie di metodologia di analisi:

- **GWAS** (studio sull'associazione sull'intero genoma). È un tipo di studio in cui i marcatori del DNA nel genoma (l'intero materiale genetico di una persona) di persone con una condizione o una caratteristica vengono confrontati con quelli di persone che non hanno quella condizione o caratteristica. Si tratta di uno studio basato sulla statistica, che prende in considerazione un gran numero di geni associati ad una

predisposizione in modo non così diretto ma la cui somma offre una conclusione rilevante.

- **Analisi multivariata**. In questo caso, il nostro algoritmo analizza una serie di varianti genetiche o mutazioni di uno o più geni, che hanno una correlazione più diretta con la predisposizione.

- **Analisi invariate**. In questo tipo di metodologia è una singola variante di un singolo gene a determinare la predisposizione, a causa della sua solida correlazione con il genotipo.

Ciascuno dei tratti analizzati in questo rapporto si basa su uno di questi 3 tipi di metodologia.

I dati e le conclusioni contenuti in questo rapporto, nonché il progresso della ricerca scientifica nel campo della genetica, potrebbero evolversi nel tempo. Vengono continuamente scoperte nuove mutazioni e quelle che analizziamo oggi stanno diventando sempre più conosciute. Noi di 24Genetics facciamo un grande sforzo per applicare ai nostri rapporti le nuove scoperte scientifiche consolidate.

Quali informazioni ti offriamo?

Le informazioni fornite dai nostri rapporti si riferiscono a predisposizioni. Cosa intendiamo con questo? Facciamo un esempio. La probabilità di sviluppare la psoriasi è influenzata da molteplici fattori, che possiamo suddividere in due gruppi: genetici e ambientali. I fattori genetici indicano la tendenza innata a soffrire di psoriasi. D'altra parte, i fattori ambientali comprendono elementi che influiscono anch'essi, come alimentazione, abitudini, livello di stress, cura della persona, ecc. Lo sviluppo effettivo della psoriasi dipende dalla combinazione di entrambi i tipi di fattori. Anche se abbiamo una predisposizione genetica, potremmo non sviluppare mai la psoriasi, soprattutto se adottiamo cure preventive, seguiamo una dieta sana, teniamo sotto controllo lo stress, ecc.

Cosa ti dà questo rapporto genetico?

In questo report hai molte **informazioni scientificamente validate** sulle tue predisposizioni e questo ti permette di sapere come funziona il tuo corpo in modo naturale e a quali aspetti dovresti eventualmente prestare attenzione.

A 24Genetics ti consigliamo di consultare sempre un medico di medicina generale o uno specialista dermatologo, che agirà con tutta la sua conoscenza ed esperienza, essendo in grado di chiarire i tuoi dubbi, integrare questo rapporto con la tua storia sanitaria e familiare disponibile, supervisionare il follow-up di la tua eventuale patologia o caratteristica, oppure prescrivere ulteriori esami diagnostici, se ritenuti necessari per confermare il rischio di una o più predisposizioni specifiche.

Un concetto base: la variante genetica.

Per quanto riguarda i concetti genetici, vogliamo condividerne uno fondamentale, che appare in tutte le funzionalità dei nostri rapporti e che è importante che tu comprenda almeno brevemente, come la variante genetica (detta anche variazione o mutazione). La variante è un cambiamento permanente nella sequenza del DNA che costituisce un gene ed è ciò che caratterizza una predisposizione individuale. Pertanto, in ciascuno dei tratti di questo rapporto, vedrai informazioni sul gene o sui geni interessati in detto tratto e sono una o più varianti di quel gene o geni che determinano le diverse predisposizioni di alcune persone rispetto ad altre .

Ad esempio, nel caso della glicazione, sono le varianti rs7412 e rs429358 del gene APOE che possono indicare una predisposizione a sviluppare questa malattia.

1.1. Struttura di questo rapporto

Per facilitare la comprensione, il presente rapporto è organizzato nelle seguenti categorie:

1. Invecchiamento precoce

Negli ultimi anni la preoccupazione per l'invecchiamento precoce è diventata una preoccupazione crescente tra la popolazione. L'eccessiva esposizione al sole, lo stress, la cattiva alimentazione e altri fattori ambientali contribuiscono a questo fenomeno e sempre più persone cercano soluzioni per combattere i segni dell'invecchiamento, dai prodotti cosmetici ad abitudini di vita più sane. La genetica è un importante fattore d'influenza in questo processo e in questa sezione includiamo i tratti che influenzano l'invecchiamento precoce e vi mostriamo la vostra predisposizione genetica personale.

2. Patologie

Il presente rapporto genetico si concentra su un ampio spettro di patologie cutanee che colpiscono milioni di persone in tutto il mondo. Dalle condizioni comuni come la psoriasi e l'eczema alle malattie più gravi come il melanoma e il carcinoma basocellulare, queste patologie influiscono sulla qualità della vita degli individui. Inoltre, vengono trattati anche altri disturbi dermatologici meno noti, ma altrettanto rilevanti, come la psoriasi o la vitiligine.

3. Estetico

La condizione della pelle gioca un ruolo fondamentale nell'estetica di una persona, poiché una pelle sana può esaltare la bellezza naturale e la fiducia personale. Per questo motivo, un'adeguata cura della pelle è diventata una parte essenziale della routine di bellezza di molte persone in tutto il mondo e conoscere le predisposizioni genetiche in aspetti come le lentiggini, le macchie o la facile abbronzatura può aiutare a curare meglio la pelle.

4. Capelli

L'alopecia androgenetica e l'alopecia areata sono due delle forme più comuni di caduta dei capelli nella popolazione odierna. L'alopecia androgenetica, nonostante il nome, colpisce sia uomini che donne ed è legata a fattori genetici e ormonali. L'alopecia areata, invece, è una malattia autoimmune che provoca la perdita improvvisa di ciocche di capelli in aree specifiche del cuoio capelluto. Entrambe le patologie possono avere un impatto significativo sull'autostima e sulla qualità della vita di chi ne soffre, e conoscere la nostra predisposizione genetica può aiutarci a iniziare un trattamento precoce e ottenere risultati migliori.

5. Vitamine e minerali

Vitamine, minerali e altri nutrienti svolgono un ruolo cruciale nel mantenimento di condizioni ottimali della pelle. Una dieta equilibrata è essenziale per promuovere una carnagione sana e conoscere i nutrienti di cui geneticamente abbiamo una propensione ad avere una carenza o un eccesso ci consente di progettare la dieta ottimale per la migliore cura della nostra pelle.

6. Altri

In questa sezione includiamo altri tratti interessanti, in cui l'influenza genetica è particolarmente curiosa, come ad esempio la frequenza d'uso del deodorante o il tipo di cerume.

In molti dei tratti analizzati in questo rapporto vengono menzionati possibili trattamenti, abitudini o consigli per migliorare alcune predisposizioni. Queste informazioni sono meramente informative e

vogliamo ricordarti che devi tenere presente che qualsiasi trattamento o cambiamento di abitudini o comportamenti deve essere supervisionato da un medico specialista o da un professionista qualificato nella disciplina corrispondente.

*** Le informazioni fornite in questo rapporto sono valide solo per scopi di ricerca, informazione e istruzione. In nessun caso è valido per uso clinico o diagnostico.**

1.2. Domande frequenti

Ha tutto a che fare con i miei geni?

Sebbene i tuoi geni siano un parametro molto importante nel funzionamento del tuo corpo, molte altre circostanze hanno un'influenza significativa sul tuo benessere. Pertanto, la tua predisposizione genetica è solo uno dei fattori che influenzano il funzionamento del tuo corpo. I nostri report genetici ti offrono informazioni preziose per conoscere bene il tuo corpo e prendertene più cura.

Quali sono le basi scientifiche di questo test genetico sulla pelle?

Quando c'è un alto livello di consenso, gli studi scientifici più rilevanti vengono resi pubblici attraverso istituzioni e organizzazioni di tutto il mondo. 24Genetics ha sviluppato da zero il proprio algoritmo di analisi del DNA, incorporando migliaia di questi studi genetici ampiamente approvati dalla comunità scientifica internazionale, quindi i nostri report hanno un livello di qualità esigente. Inoltre, la genetica, come ogni area della scienza, è un campo vivo e in continua evoluzione, e noi di 24Genetics arricchiamo e miglioriamo periodicamente il nostro algoritmo, includendo nuove ricerche che forniscono informazioni sconosciute fino al momento della sua pubblicazione.

Perché sono a rischio di fotoinvecchiamento, ad esempio, se mi prendo cura della mia pelle?

La genetica è un fattore su cui devi sempre contare, è quello che dice il tuo DNA ed è la tua tendenza naturale, ma ci sono anche altri fattori ambientali e di stile di vita che influenzano l'evoluzione della tua pelle. Quindi, la buona notizia è che, se ti prendi cura della tua pelle, è possibile che il fotoinvecchiamento a cui sei incline non si sviluppi, o che, per lo meno, riuscirai a rallentarne notevolmente il progresso.

Se il mio referto dice che ho un'elevata predisposizione genetica a soffrire di una determinata condizione o caratteristica, significa che ne soffrirò?

Le persone sono la nostra genetica e le nostre esperienze. Oltre ai geni, ci sono molti altri fattori ambientali e interni che influenzano lo sviluppo o meno di una condizione o caratteristica, quindi puoi essere geneticamente incline ad avere le zampe di gallina e non svilupparle mai a causa di problemi ambientali, abitudini di salute, stile. della vita... Ma puoi anche non avere quella predisposizione e svilupparla con l'età. Inoltre, a seconda di ciascuna caratteristica, la genetica può avere un'influenza maggiore o minore sulla sua comparsa o sul suo sviluppo.

Conoscere la nostra genetica attraverso un test del DNA cutaneo permette agli operatori sanitari, dermatologi, medici estetici, ecc., di svolgere il proprio lavoro con molte più informazioni. Inoltre, ci consente di progettare piani di prevenzione che possono fare la differenza.

Dovrei apportare modifiche alla mia cura della pelle da solo a seguito dei risultati di questo test del DNA per la cura della pelle?

I nostri report forniscono dati sulle predisposizioni genetiche del tuo corpo, ma ci sono molti altri fattori o abitudini esterne, ambientali che lo influenzano. Pertanto consideriamo le nostre segnalazioni preventive e non diagnostiche. La nostra raccomandazione è di consultare sempre specialisti della salute o dell'estetica se avete domande che potrebbero sorgere da questo test, poiché un professionista sarà in grado di consigliare il trattamento o le opzioni di cura migliori per il vostro caso specifico.

La mia predisposizione genetica verso determinati tratti della pelle significa che anche i miei familiari ne sono affetti?

La genetica di ogni persona è unica, quindi ti consigliamo sempre di consultare uno specialista sulle decisioni da prendere riguardo alla cura della tua pelle. Tuttavia, in genetica, molti dei modelli espressi sono solitamente correlati a quelli di parenti stretti, quindi sarebbe comune che i rapporti fossero abbastanza simili. Tuttavia, tieni presente che anche molteplici fattori esterni influenzano le tue predisposizioni, quindi la probabilità di sviluppare una condizione o caratteristica della pelle sarà molto diversa tra i membri della famiglia con diversi stili di vita, abitudini di salute, luogo di residenza, ecc.

Questo test genetico per la cura della pelle è valido per l'uso clinico?

No. Se c'è qualche patologia che i tuoi medici devono diagnosticare, esistono altri tipi di test specifici più adatti a tale obiettivo.

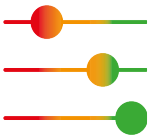
Alcuni degli studi su cui si basa il nostro test genetico per la cura della pelle.

Il test genetico cutaneo 24Genetics si basa su numerose ricerche genetiche concordate dalla comunità scientifica internazionale. Il nostro sistema seleziona le ricerche applicabili a te (a seconda del tuo sesso e dei tuoi antenati, quando possibile) e il nostro algoritmo le combina per fornirti la maggior quantità di informazioni utili per la tua salute e il tuo benessere. Questi sono alcuni esempi di ricerca genetica utilizzata:

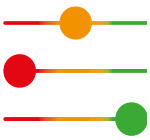
- https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24927181/
- https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29555444/
- https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/19384953/
- https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28057405/

2. Sommario

Invecchiamento precoce


Glicazione
Zampe di gallina
Sensibilità al sole
Foto-invecchiamento
Invecchiamento facciale
Capacità antiossidante

Patologie


Melanoma
Psoriasi
Virus del Papilloma Umano tipo Beta
Carcinoma basale
Vitiligine
Vene varicose primarie - Varici

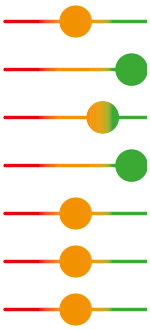
Estetica

Cellulite
Facilità di Abbronzatura
Macchie pigmentarie sulle braccia

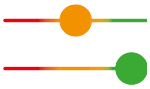
Capelli

Alopecia areata

Vitamine e minerali


Vitamina A - Livelli di Retinolo
Livelli di Vitamina B6
Livelli di Vitamina B12
Livelli di Vitamina D
Livelli di Calcio
Livelli di Magnesio
Livelli di Zinco
Vitamina A - Livelli di Carotenoidi
Livelli di Vitamina B9
Livelli di Vitamina C
Livelli di Vitamina K
Livelli di Ferro
Livelli di Omega-6

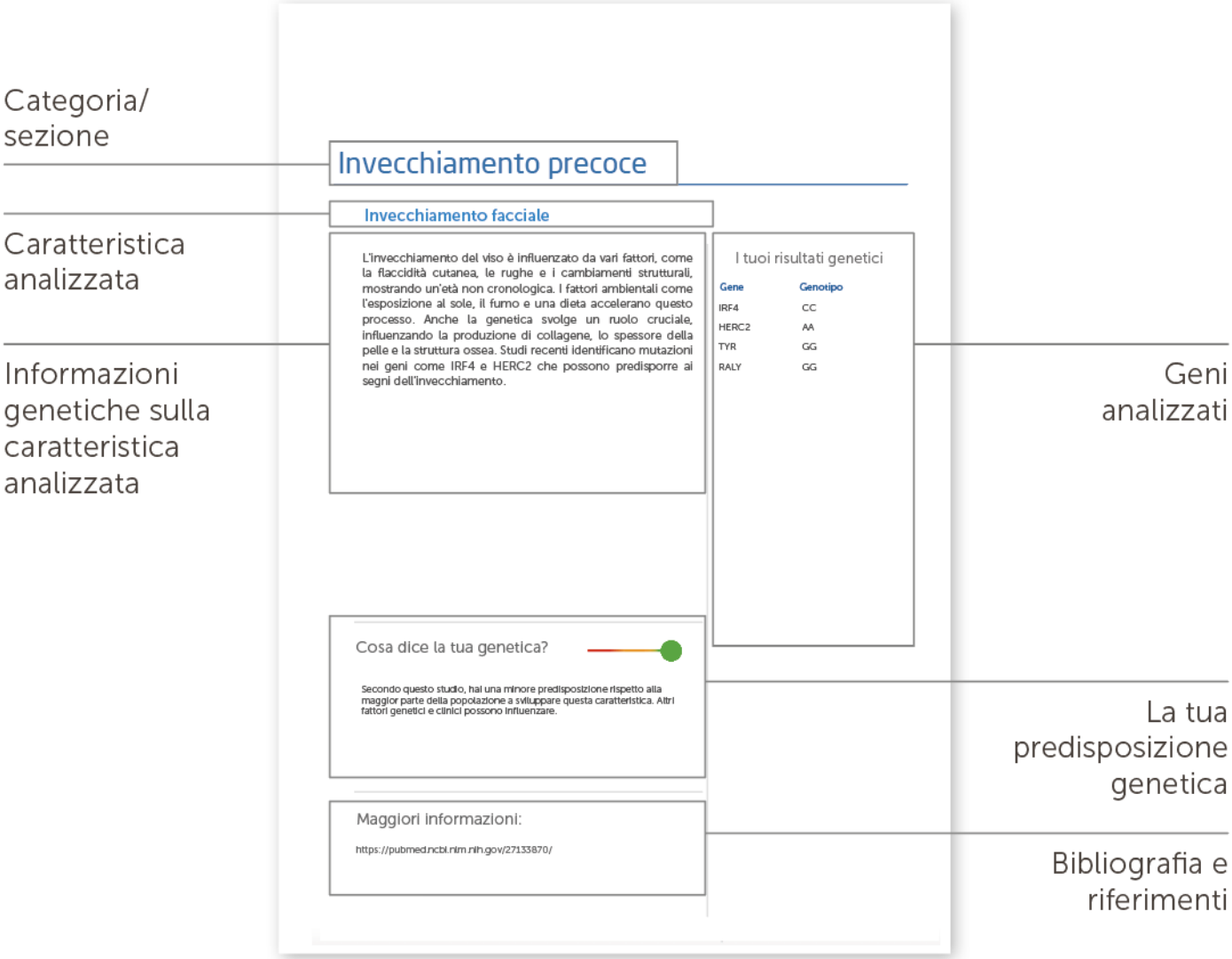
Altri


Livelli di DHEA
Uso di deodorante
Tipo di cerume

Simboli:

Il tuo genotipo è favorevole.
Il tuo genotipo è moderatamente favorevole.
Il tuo genotipo è neutro.
Il tuo genotipo è moderatamente sfavorevole.
Il tuo genotipo è sfavorevole.

3.1. Come comprendere i risultati?



Invecchiamento precoce

Glicazione

Il glucosio è la principale fonte di energia del nostro corpo, ma se non viene metabolizzato correttamente nella pelle, può legarsi alle fibre di collagene ed elastina e modificarne la struttura e la funzione. Questo processo, denominato glicazione, è coinvolto nell'invecchiamento della pelle e danneggia la sua capacità di rigenerarsi e autoripararsi. Le fibre di collagene "glicate" diventano rigide, meno elastiche e con una minore capacità di rigenerazione, il che causa rughe, secchezza, ispessimento della pelle e perdita di fermezza. Inoltre, questo processo si incrementa con l'età e in combinazione con l'esposizione ai raggi UV. A livello genetico, è stato dimostrato che mutazioni nel gene APOE possono indicare una maggiore predisposizione a soffrire di glicazione e, quindi, a un maggiore rischio di invecchiamento precoce della pelle.

I tuoi risultati genetici

Gene	Genotipo
APOE	CC
APOE	TC

Cosa dice la tua genetica?

Secondo il tuo genotipo, sei predisposto alla glicazione. Altri fattori genetici e clinici possono influenzare. Controllare i livelli di glucosio nel sangue, colesterolo LDL e trigliceridi attraverso una dieta adeguata può aiutare a ridurre la glicazione e i suoi effetti. A livello cosmetico, il coenzima Q10, grazie alla sua capacità antiossidante, può aiutare a prevenire e attenuare gli effetti della glicazione. Altri componenti, come la carnosina, la niacinamide, la silibinina e l'acido alfa-lipoico, possono avere effetti positivi.

Maggiori informazioni:

https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31677348/

Invecchiamento precoce

Foto-invecchiamento

Il foto-invecchiamento è il deterioramento graduale e irreversibile del collagene, l'elastina e altre fibre che danno struttura alla pelle e la mantengono liscia. È provocato dall'età ed è accelerato dall'esposizione prolungata e quotidiana alla radiazione UV, che provoca danni al DNA, stress ossidativo e alterazioni nell'architettura normale del tessuto connettivo della pelle, deteriorando la sua funzione. Le conseguenze del foto-invecchiamento sono pigmentazione diseguale, rughe sottili, flaccidità della pelle, lentiggini, macchie senili, vene a forma di ragno sul viso e pelle ruvida. Numerosi studi suggeriscono che questa caratteristica abbia una base genetica, e variazioni nel gene FBXO40 sono state associate a una maggiore predisposizione all'invecchiamento cutaneo facciale, visibile in fattori come irregolarità della pigmentazione, rughe e lassità della pelle, tra gli altri.

I tuoi risultati genetici

Gene	Genotipo
Intergenic	GG
Intergenic	TC
FBXO40	AA

Cosa dice la tua genetica?

Questo studio suggerisce una predisposizione più elevata per questo tratto rispetto alla popolazione generale. La protezione solare è cruciale per una pelle sana, poiché accelera il foto-invecchiamento. Il consumo di antiossidanti da frutta e verdura è essenziale per la prevenzione. Creme contenenti arbutina, acido kojico, acido L-ascorbico, estratto di liquirizia, retinolo o vitamina B3 possono attenuare il foto-invecchiamento prematuro del viso.

Maggiori informazioni:

www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23223146

Invecchiamento precoce

Zampe di gallina

Le zampe di gallina sono rughe che si formano attorno all'angolo esterno degli occhi, causate da espressioni facciali ripetitive, come strizzare gli occhi, sorridere o ridere, a causa dell'effetto della continua contrazione del muscolo orbicolare, che pizzica la pelle nella sua contrazione. Tuttavia, si considerano zampe di gallina quando quella ruga è visibile anche quando il muscolo non è contratto, cioè quando non si sta facendo alcuna espressione facciale. Sono considerate un segno comune di invecchiamento e possono far sembrare una persona più vecchia della sua età reale. A livello genetico, è stata identificata una variante specifica del gene AHR come fattore di predisposizione delle donne ad avere zampe di gallina.

I tuoi risultati genetici

Gene	Genotipo
AHR	GG

Cosa dice la tua genetica?

Secondo il tuo genotipo, non hai una predisposizione speciale a sviluppare zampe di gallina. Altri fattori genetici e clinici possono influenzare.

Maggiori informazioni:

https://www.jdsjournal.com/article/S0923-1811(16)31087-8/fulltext

Invecchiamento precoce

Invecchiamento facciale

L'invecchiamento del viso è influenzato da vari fattori, come la flaccidità cutanea, le rughe e i cambiamenti strutturali, mostrando un'età non cronologica. I fattori ambientali come l'esposizione al sole, il fumo e una dieta accelerano questo processo. Anche la genetica svolge un ruolo cruciale, influenzando la produzione di collagene, lo spessore della pelle e la struttura ossea. Studi recenti identificano mutazioni nei geni come IRF4 e HERC2 che possono predisporre ai segni dell'invecchiamento.

I tuoi risultati genetici

Gene	Genotipo
IRF4	TC
HERC2	GG
TYR	AG
RALY	GG

Cosa dice la tua genetica?

Secondo questo studio, hai una maggiore predisposizione rispetto alla maggior parte della popolazione a sviluppare questa caratteristica. Altri fattori genetici e clinici possono influenzare. Si è dimostrato che fino al 60% dell'invecchiamento facciale può essere attribuito a fattori genetici. Quando questo rappresenta un problema di autostima, esistono trattamenti di vario tipo per cercare di attenuare gli effetti dell'invecchiamento, sempre sotto la supervisione di un dermatologo o di un professionista qualificato.

Maggiori informazioni:

https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27133870/

Invecchiamento precoce

Sensibilità al sole

La sensibilità al sole, anche conosciuta come fotosensibilità, è una condizione in cui la pelle reagisce in modo anormale all'esposizione alla luce solare o ad altre fonti di radiazione ultravioletta (UV). I suoi sintomi possono includere arrossamento della pelle, prurito, eruzioni cutanee e vesciche. La fotosensibilità può essere causata da diversi fattori, come avere una pelle chiara, infiammata o in fase di sviluppo durante l'infanzia; soffrire di malattie come il lupus, la porfiria e alcuni tipi di cancro della pelle; o farmaci come antibiotici, antistaminici e antiinfiammatori non steroidei (FANS). Tutti questi fattori possono rendere la pelle più sensibile al sole, ma anche la genetica gioca un ruolo importante in questa caratteristica, come dimostra il gene SLC45A2, che è stato correlato con la predisposizione ad avere una maggiore sensibilità al sole.

I tuoi risultati genetici

Gene	Genotipo
SLC45A2	GG

Cosa dice la tua genetica?

Secondo questo studio, hai una minore predisposizione rispetto alla maggior parte della popolazione a sviluppare questa caratteristica. Altri fattori genetici e clinici possono influenzare.

Maggiori informazioni:

https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25963972/

Invecchiamento precoce

Capacità antiossidante

I radicali liberi sono molecole che si producono per 2 vie: naturalmente nell'organismo, e per fattori esterni come l'alimentazione, l'inquinamento o il fumo, tra gli altri. Potremmo descriverli come una specie di residui, che ossidano le cellule e provocano invecchiamento. Per contrastare questo effetto esistono gli antiossidanti, che sono sostanze vitali per proteggere le nostre cellule da questi danni. Allo stesso modo dei radicali liberi, gli antiossidanti si ottengono anche per 2 vie: naturalmente nell'organismo e attraverso gli alimenti. La pelle è un organo particolarmente vulnerabile ai danni causati dai radicali liberi, che possono causare la rottura del collagene, provocando invecchiamento precoce. La genetica è un importante fattore di influenza e alcuni studi hanno associato mutazioni nel gene CAT, che produce l'enzima catalasi, con la predisposizione a una minore capacità antiossidante nella pelle.

I tuoi risultati genetici

Gene	Genotipo
CAT	TT

Cosa dice la tua genetica?

Secondo il tuo genotipo, hai una predisposizione ad avere una capacità antiossidante dermica ridotta. Altri fattori genetici e clinici possono influenzare. Vitamina C, vitamina E, betacarotene, selenio o polifenoli, tra gli altri, sono sostanze antiossidanti che possono aiutare a proteggere la pelle neutralizzando i radicali liberi. Ci sono anche una varietà di prodotti topici per la cura della pelle con ingredienti come alcune vitamine, estratto di tè verde, resveratrolo o catalasi, che possono anche aiutare a proteggere la pelle dal danno ossidativo.

Maggiori informazioni:

https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4352505/

Patologie

Melanoma

Il melanoma è un tipo di cancro che si sviluppa a partire da cellule conosciute come melanociti. I melanomi tipicamente si verificano sulla pelle, e eccezionalmente nella bocca, negli intestini o negli occhi. Nelle donne sono più frequenti sulle gambe, mentre negli uomini sono più comuni sulla schiena. La causa esatta dei melanomi non è chiara, ma l'esposizione alla radiazione ultravioletta della luce solare o delle lampade abbronzanti sembra aumentare il rischio. A volte si sviluppano da un neo e alterazioni come aumento di dimensione, bordi irregolari, cambio di colore, prurito o erosione della pelle possono essere un allarme che permette la rilevazione precoce, il che aumenta le possibilità di successo del trattamento. La genetica è anche un fattore di influenza e determinate mutazioni in geni come ASIP e NCOA6 sono state correlate con la predisposizione a soffrire di melanoma.

I tuoi risultati genetici

Gene	Genotipo
Intergenic	TC
Intron	AG
TYRP1	TC
SLC45A2	GG
NCOA6	AG

Cosa dice la tua genetica?

Secondo il tuo genotipo, non hai una predisposizione speciale a sviluppare melanoma. Altri fattori genetici e clinici possono influenzare.

Maggiori informazioni:

https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22628150

Patologie

Carcinoma basale

Il carcinoma basocellulare (CBC) è uno dei tipi di cancro della pelle più frequente e si sviluppa nelle cellule basali, che si trovano nello strato più profondo dell'epidermide. Il CBC si presenta tipicamente come una piccola protuberanza perlacea sulla pelle con un bordo cerato e arrotolato, sebbene possa apparire anche come una macchia piatta, squamosa e rossastra. Questo tipo di cancro cresce lentamente e raramente si estende ad altre parti del corpo, ma può causare danni importanti nei tessuti circostanti se non trattato. La sua principale causa è l'esposizione alla radiazione ultravioletta (UV) del sole o delle lampade solari, e le persone con pelle chiara e antecedenti familiari di cancro della pelle hanno un rischio maggiore. A livello genetico, è stato dimostrato che mutazioni nei geni MYCN, FLACC1, LOC10798695 e GATA3, tra gli altri, sono associate a una maggiore predisposizione a sviluppare il carcinoma basocellulare.

I tuoi risultati genetici

Gene	Genotipo
Intergenic	TT
FLACC1	GG
LOC10798695	CC
Intergenic	GG
PADI6	GG
RHOU	TT
CLPTM1L	CC
KRT5	CC
Intergenic	AG
Intergenic	TG
TP53	TT
TGM3	AG
RGS22	AA

Cosa dice la tua genetica?

Secondo questo studio, hai una predisposizione simile alla maggior parte della popolazione. Altri fattori genetici e clinici possono anche influenzare. I possibili trattamenti per il CBC includono l'asportazione chirurgica, la radioterapia e i farmaci topici. Utilizzare una opzione o un'altra deve essere proposto dal medico specialista e di solito dipende principalmente dalla dimensione, dalla localizzazione e dal tipo di lesione. Per prevenirlo è importante minimizzare l'esposizione al sole, proteggere la pelle dalla radiazione UV e gli esami cutanei periodici effettuati da un professionista sanitario.

Maggiori informazioni:

www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25855136

Patologie

Psoriasi

Durante il rinnovamento cellulare normale, il processo per cui le cellule della pelle crescono dagli strati più profondi e salgono in superficie, sostituendo le cellule morte, dura circa un mese. Nel caso della psoriasi, a causa di una risposta immunitaria sproporzionata, quel processo avviene in pochi giorni, provocando che le nuove cellule salgano troppo rapidamente e si accumulino in superficie, causando desquamazione e infiammazione (dolore, gonfiore e arrossamento). I fattori che possono causare il peggioramento della psoriasi sono principalmente infezioni, stress o tensione psicologica, cambiamenti nel clima che seccano la pelle, esposizione alla luce UV o certi farmaci. Tuttavia, è stato dimostrato che varianti specifiche nei geni IL12B, IL23R, IL13 e TNIP, tra gli altri, sono state associate con la predisposizione a soffrire di psoriasi.

Cosa dice la tua genetica?

Secondo questo studio, hai una maggiore predisposizione rispetto alla maggior parte della popolazione. Altri fattori genetici e clinici possono anche influenzare. La psoriasi deve essere valutata da un dermatologo, che deciderà, in base all'estensione delle lesioni e alle caratteristiche del paziente, il trattamento più adeguato: topico o sistemico. Esistono molteplici opzioni di trattamento topico e, inoltre, si possono impiegare la fototerapia, la fotochemioterapia o la PUVAterapia. Tra i trattamenti sistemici ci sono i retinoidi, gli immunosoppressori o i citostatici. Un medico indicherà la migliore opzione per ogni paziente.

Maggiori informazioni:

www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25903422

I tuoi risultati genetici

Gene	Genotipo
TP63	AC
COG6	TC
LOC144817	TC
RUNX1	CC
CLIC6	GG
LOC10798617	TC
LOC285626	TT
Intergenic	GG
IL12B	TC
IFIH1	TT
Intergenic	AA
TNFAIP3	TC
Intergenic	AG
IL12B	GG
Intergenic	TG
NOS2	AG
IL13	GG
RIGI	TC
IL28RA	CC
QTRT1	AG
IL23R	TT
STAT2	GC
REV3L	CC
ETS1	TC
TRAF3IP2	AA

Patologie

Vitiligine

La vitiligine è una malattia cutanea che provoca la perdita di pigmentazione, risultando in macchie bianche sulla pelle. Si verifica quando le cellule che producono melanina, il pigmento che dà colore alla pelle, vengono distrutte o smettono di funzionare. Può colpire qualsiasi parte del corpo, ma è più frequente sul viso, le mani, le braccia, i piedi e i genitali. La causa esatta della vitiligine è sconosciuta, ma si ritiene che sia un disturbo autoimmune in cui il sistema immunitario del corpo attacca e distrugge i melanociti. La vitiligine può anche essere scatenata da traumi fisici, stress emotivo o esposizione a sostanze chimiche, ma, inoltre, la genetica può essere un fattore di influenza in alcuni casi, come è stato dimostrato che variazioni nei geni IFIH1, CD80, CLNK, BACH2 e FANCA, tra gli altri, sono associate alla predisposizione a soffrire di vitiligine.

I tuoi risultati genetici

Gene	Genotipo
IFIH1	GG
CD80	AC
CLNK	TC
BACH2	CC
CASP7	CC
SLC1A2	AG
TYR	CC
IKZF4	AC
ATXN2	TA
HERC2	TC
FANCA	AG
TICAM1	TT
TOB2	AG

Cosa dice la tua genetica?

Secondo questo studio, hai una maggiore predisposizione rispetto alla maggior parte della popolazione. Altri fattori genetici e clinici possono anche influenzare.

Maggiori informazioni:

www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22561518

Patologie

Virus del Papilloma Umano tipo Beta

Il Virus del Papilloma Umano tipo Beta è un genere di questo virus strettamente legato allo sviluppo di lesioni precancerose e cancro in varie aree del corpo, inclusa la pelle. Il VPH tipo beta e alcuni altri generi di questo virus sono noti per la capacità di provocare verruche genitali, ma sono anche frequentemente associati alla formazione di lesioni cutanee, soprattutto in regioni della pelle con pieghe e/o che sono più calde e inclini all'umidità, come mani, piedi, gomiti e ginocchia. Le lesioni possono variare in dimensione e texture, ma spesso presentano una superficie ruvida. Questo virus generalmente si trasmette attraverso il contatto diretto "pelle con pelle", che può avvenire durante il contatto sessuale o toccando oggetti contaminati. Per quanto riguarda la genetica, è stato dimostrato che una mutazione specifica del gene LOC10798414 può giocare un ruolo determinante nella predisposizione a soffrire di VPH del tipo beta.

I tuoi risultati genetici

Gene	Genotipo
LOC10798414	CC

Cosa dice la tua genetica?

Secondo il tuo genotipo, hai una bassa predisposizione a soffrire del virus del papilloma umano tipo beta. Altri fattori genetici e clinici possono influenzare.

Maggiori informazioni:

https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4118903/

Patologie

Vene varicose primarie - Varici

Le vene sono una parte cruciale del sistema circolatorio, poiché sono responsabili di riportare il sangue deossigenato al cuore dagli organi, ai quali il sangue ossigenato arriva attraverso le arterie. Le vene sono dotate di un sistema di valvole che garantisce che il sangue continui il suo percorso verso il cuore, evitando che ritorni agli organi. Le vene varicose primarie, comunemente chiamate varici, sono una condizione in cui le vene, generalmente nelle gambe, si dilatano, si attorcigliano e si infiammano a causa di valvole venose difettose, che impediscono il corretto ritorno del sangue al cuore, causando accumulo di sangue e dilatazione. L'età, il sesso e lo stile di vita aumentano il rischio di sviluppare varici, ma anche la genetica è un fattore rilevante, come dimostrano studi che hanno associato variazioni nei geni MCP1 e VEGFA alla predisposizione alle vene varicose.

I tuoi risultati genetici

Gene	Genotipo
MCP1	AA
VEGFA	GG

Cosa dice la tua genetica?

In base al tuo genotipo, non hai una predisposizione particolare a soffrire di vene varicose primarie. Altri fattori genetici e clinici possono influire.

Maggiori informazioni:

https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28623996/

Estetica

Cellulite

La cellulite è una caratteristica molto comune nelle donne (colpisce l'80-90% della popolazione femminile), sebbene colpisca anche gli uomini in misura minore, che provoca la comparsa di protuberanze e fossette sulla pelle, dando luogo a un aspetto rugoso, noto come "pelle d'arancia", per la sua somiglianza con l'aspetto di questo frutto. È motivata da un accumulo di grasso sottocutaneo e tessuto fibroso irregolare, che colpisce principalmente glutei, fianchi e cosce, sebbene possa presentarsi anche in altre parti del corpo come l'addome o le ginocchia. Le cause della cellulite sono complesse e sono influenzate, tra molti altri fattori, dalle ormoni, il sistema circolatorio o i cambiamenti di peso. Tuttavia, la genetica è anche un importante fattore di influenza, e vari studi genetici hanno identificato variazioni nel gene HIF1A, tra gli altri, associate con una maggiore predisposizione a presentare cellulite.

I tuoi risultati genetici

Gene	Genotipo
HIF1A	CC

Cosa dice la tua genetica?

Secondo il tuo genotipo, hai una predisposizione a presentare cellulite. Altri fattori genetici e clinici possono influenzare. La cellulite è innocua e non è considerata una malattia, poiché la sua principale implicazione è estetica. Mantenere un peso salutare, condurre uno stile di vita attivo, seguire una dieta sana e rimanere idratati possono aiutare a prevenirla. Inoltre, esistono trattamenti medico-estetici e prodotti cosmetici che possono aiutare a migliorare questa condizione.

Maggiori informazioni:

https://onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.1111/j.1468-3083.2009.03556.x

Estetica

Macchie pigmentarie sulle braccia

Una macchia pigmentaria è un'alterazione cutanea dovuta all'aumento (iperpigmentazione) o alla diminuzione (ipopigmentazione) del colore normale della pelle. Le macchie sulla pelle possono essere dovute a vari fattori, come l'esposizione al sole, i cambiamenti ormonali, l'età e la genetica, tra altri fattori. Alcuni tipi comuni di macchie pigmentarie sono: macchie dell'età, anche conosciute come macchie epatiche, causate normalmente da anni di esposizione al sole; melasma, che causa macchie marroni o grigio-marroni sul viso, spesso durante la gravidanza o con i cambiamenti ormonali; iperpigmentazione post-infiammatoria, a causa di un'infiammazione o lesione, come l'acne o un taglio; e lentiggini, principalmente ereditarie. Come abbiamo commentato, la genetica è un importante fattore di influenza e si è confermato che una variante del gene BNC2 è correlata con una minore predisposizione a soffrire di macchie pigmentarie sulle braccia.

I tuoi risultati genetici

Gene	Genotipo
BNC2	TT

Cosa dice la tua genetica?

Secondo il tuo genotipo, hai una bassa predisposizione a sviluppare macchie pigmentarie. Altri fattori genetici e clinici possono influenzare.

Maggiori informazioni:

https://www.jdsjournal.com/article/S0923-1811(16)31087-8/fulltext

Estetica

Facilità di Abbronzatura

L'abbronzatura è una risposta fisiologica della pelle allo stimolo della radiazione ultravioletta (UV) dei raggi solari, che aumenta la produzione di eumelanina, un tipo di pigmento della melanina che scurisce la pelle per proteggerla dal danno. La facilità di abbronzatura varia tra gli individui e può avere effetti positivi e negativi sulla salute della pelle. Le persone con maggiore difficoltà ad abbronzarsi sono più inclini a soffrire di scottature, macchie solari, rughe, perdita di folato e melanoma, mentre le persone che si abbronzano facilmente hanno rischio di carenza di vitamina D, poiché possono produrre meno questa vitamina come conseguenza dell'esposizione solare. La facilità di abbronzarsi è determinata geneticamente e determinate mutazioni in geni come GRM5, TYR e IRF4, tra gli altri, sono correlate con la maggiore o minore facilità di abbronzatura.

I tuoi risultati genetici

Gene	Genotipo
LOC10798436	TC
GRM5	AG
GAS8	TC
IRF4	TC
LOC10537487	CC
HERC2	GG
TYR	AG
ND	TT
DPEP1	AG
CDK10	GG
SLC45A2	AA
PPARGC1B	CC
CPNE7	TT
SLC45A2	CC
CPNE7	TC
AFG3L1P	CC
LOC41937	TT

Cosa dice la tua genetica?

Secondo questo studio, hai una predisposizione simile alla maggior parte della popolazione a sviluppare questa caratteristica. Altri fattori genetici e clinici possono influenzare. La maggiore o minore capacità di abbronzarsi influisce sulla possibilità di subire lesioni dermatologiche a causa dell'esposizione solare, tuttavia, utilizzare protezione solare è un'abitudine fondamentale che deve essere sempre praticata, per mantenere la pelle in condizioni ottimali.

Maggiori informazioni:

https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/19340012/

Capelli

Alopecia areata

L'alopecia areata è una condizione che si caratterizza per causare chiazze rotonde di perdita di capelli in diverse zone del corpo dove esiste pelo, principalmente il cuoio capelluto, ma anche le ciglia, le ascelle, la regione genitale e la barba, ma può portare alla calvizie totale. Colpisce uomini, donne e bambini, e si pensa che sia una malattia autoimmune. A volte la perdita di capelli può verificarsi dopo una malattia, una gravidanza o un trauma. Il suo trattamento di solito consiste in corticosteroidi e altri farmaci, frequentemente di uso topico. Alcune persone con questa condizione hanno antecedenti familiari e, sebbene l'alopecia areata possa essere causata da diversi fattori, la genetica è uno di essi. A questo proposito sono stati identificati diversi geni che si relazionano con questa condizione, come ICOS, IL2, ULBP3, IL2RA e IKZF4.

I tuoi risultati genetici

Gene	Genotipo
Intergenic	TC
Intergenic	GG
IL2RA	TC
LOC10272387	AG
IKZF4	TG
Intergenic	AG

Cosa dice la tua genetica?

Secondo questo studio, hai una predisposizione a soffrire di questa malattia simile alla maggior parte della popolazione. Altri fattori genetici e clinici possono influenzare.

Maggiori informazioni:

www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/20596022

Vitamine e minerali

Vitamina A - Livelli di Retinolo

Il retinolo è una provitamina della vitamina A, che svolge numerose funzioni nell'organismo, come la crescita, la riparazione e il mantenimento dei tessuti, specificamente la pelle e le mucose. La carenza di questa vitamina può causare secchezza e desquamazione, oltre alla perdita di lucentezza della pelle, che inizia a rugarsi molto rapidamente. Nelle persone con carenza di retinolo, si presenta una sensazione di bruciore e prurito sulla pelle. Il retinolo si è dimostrato anche un eccellente componente in prodotti topici, con miglioramenti significativi in tutti i tipi di pelle, per quanto riguarda rughe, pigmentazione, elasticità, fermezza e riduzione generale del danno solare, anche se non esiste evidenza scientifica della relazione della genetica con questi effetti. I fattori genetici svolgono un ruolo essenziale nei livelli di circolazione della vitamina A nel sangue, come dimostrano mutazioni nel gene TTR, tra gli altri.

I tuoi risultati genetici

Gene	Genotipo
TTR	AC
FFAR4	CC

Cosa dice la tua genetica?

Secondo questo studio, hai una predisposizione simile alla maggior parte della popolazione ad avere livelli normali. Altri fattori genetici e clinici possono influenzare.

Maggiori informazioni:

www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21878437

Vitamine e minerali

Vitamina A - Livelli di Carotenoidi

I carotenoidi, chiamati anche tetraterpenoidi, sono provitamine della Vitamina A sotto forma di pigmenti organici di colore giallo, arancione e rosso, che proteggono la pelle contro il danno fotoossidativo e sono componenti vitali del sistema di protezione antiossidante della pelle umana. È stato anche osservato che possono essere utili nella prevenzione e nel trattamento di alcune fotodermatosi, migliorare la funzione del sistema immunitario, oltre ad avere un effetto antiossidante. Tuttavia, è importante tenere presente che i carotenoidi possono degradarsi a causa di fattori come la radiazione solare o alcune malattie, tra altre cause. In sintesi, vari studi hanno dimostrato l'impatto positivo dei carotenoidi sull'elasticità e idratazione cutanee. A livello genetico, la ricerca ha dimostrato che mutazioni nel gene PKD1L2, tra gli altri, sono direttamente correlate ai livelli circolanti di carotenoidi.

I tuoi risultati genetici

Gene	Genotipo
PKD1L2	AG
PKD1L2	TG
ND	TG

Cosa dice la tua genetica?

Secondo questo studio, hai una predisposizione simile alla maggior parte della popolazione ad avere livelli normali. Altri fattori genetici e clinici possono influenzare. Una dieta ricca di carotenoidi, che si trovano in frutta e verdura, principalmente quelle di colore rosso o arancione brillante, come carote, albicocche o peperoni rossi, ma anche in spinaci, crescione, pomodori o tuorlo d'uovo, può essere una strategia efficace per ridurre l'invecchiamento cutaneo e ottenere effetti benefici nella prevenzione e miglioramento della salute e dell'aspetto della pelle.

Maggiori informazioni:

www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/19185284

Vitamine e minerali

Livelli di Vitamina B6

La vitamina B6 (piridossina) è una vitamina idrosolubile, che, tra le molte altre funzioni, influisce sul mantenimento di capelli forti e sani. La vitamina B6, insieme ad altre vitamine del complesso B, è vitale per il metabolismo cellulare e la produzione di globuli rossi, garantendo un'adeguata ossigenazione del cuoio capelluto e la consegna di nutrienti ai follicoli piliferi. Svolge anche un ruolo importante nella sintesi della cheratina, contribuendo alla formazione di capelli forti e brillanti. Adottando un'alimentazione sana e varia, che garantisca l'apporto di vitamine e minerali, possiamo fornire ai nostri capelli gli elementi essenziali di cui ha bisogno per mantenersi in condizioni ottimali. La genetica si mostra come un fattore di influenza sulla salute capillare poiché una mutazione nel gene NBPF3 è stata associata in numerosi studi con la predisposizione ad avere livelli ridotti di vitamina B6 nel sangue.

I tuoi risultati genetici

Gene	Genotipo
NBPF3	TC

Cosa dice la tua genetica?

In base al tuo genotipo, sei predisposto ad avere livelli adeguati di vitamina B6. Altri fattori genetici e clinici potrebbero essere rilevanti.

Maggiori informazioni:

https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2667971/

Vitamine e minerali

Livelli di Vitamina B9

La vitamina B9 (folato) è una vitamina idrosolubile, che ha anche una versione sintetica, denominata acido folico, e che, oltre ad avere una funzione importante nella riparazione e sintesi del DNA, è comunemente usata come integratore con scopi dermatologici. L'acido folico agisce come una sostanza vitale nella lotta contro le rughe indesiderate e l'invecchiamento della pelle, e si analizza se la carenza di acido folico può essere relazionata con certi problemi della pelle come acne, dermatite e invecchiamento precoce. Sebbene le conclusioni siano promettenti, la relazione è complessa e può essere influenzata da vari fattori, inclusa la dieta, altri nutrienti e la genetica. In questo senso, sono state identificate mutazioni nel gene MTHFR associate con la tendenza ad avere bassi livelli di vitamina B9 nel sangue.

I tuoi risultati genetici

Gene	Genotipo
MTHFR	AG
MTHFR	TT

Cosa dice la tua genetica?

In base al tuo genotipo, non sei predisposto ad avere una deficienza di vitamina B9. Altri fattori genetici e clinici potrebbero essere rilevanti.

Maggiori informazioni:

https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/17115185

Vitamine e minerali

Livelli di Vitamina B12

La vitamina B12 (cobalamina) è una vitamina idrosolubile, che gioca un ruolo importante nella salute della nostra pelle e capelli. Alcune condizioni dermatologiche, come il vitiligine, la dermatite atopica o l'acne, trattate in questo rapporto, possono essere indicatore di un possibile livello inadeguato di questa vitamina. Tra le manifestazioni cutanee di livelli anormali di cobalamina ci sono l'iperpigmentazione, l'arrossamento, l'infiammazione o le eruzioni sulla pelle. Uno studio condotto ha rivelato che la vitamina B12 ha la capacità di modulare l'equilibrio dei batteri presenti sulla nostra pelle (microbiota cutaneo). Inoltre, è stata anche identificata una relazione tra i livelli nel sangue di vitamina B12 e la perdita di capelli o il suo incanutimento precoce. Diversi studi genetici hanno identificato che il gene FUT2 è associato a livelli inadeguati di vitamina B12 circolante nelle donne.

I tuoi risultati genetici

Gene	Genotipo
FUT2	AG

Cosa dice la tua genetica?

Secondo questo studio, hai una predisposizione standard ad avere livelli normali. Altri fattori genetici e clinici possono influenzare. La cobalamina è prodotta da batteri e si trova naturalmente in alimenti di origine animale: carne, pesce, uova e latticini. Anche l'uso topico della vitamina B12 è emerso come un nuovo approccio terapeutico per affrontare alcune condizioni della pelle, a causa dei suoi potenti effetti antiradiazione, antiinfiammatorio e antifibrosi.

Maggiori informazioni:

https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/18776911?dopt=Abstract

Vitamine e minerali

Livelli di Vitamina C

La vitamina C (acido ascorbico) è una vitamina idrosolubile che ha un importante effetto antiossidante nel nostro organismo. Per quanto riguarda la cura della pelle, si è constatato che promuove la formazione di collagene, elimina i radicali liberi e gli ossidanti tossici, protegge contro il fotoinvecchiamento e i danni causati dai raggi UV, idrata la pelle secca e previene le rughe. Quando parliamo della salute dei nostri capelli, è importante la sua funzione come antiossidante, proteggendo le cellule dal danno causato dai radicali liberi, che sono molecole instabili che possono danneggiare le cellule e accelerare il processo di invecchiamento. Nel campo genetico, si è osservato che il gene SLC23A1 può svolgere un ruolo nella salute della pelle e dei capelli, per l'effetto della vitamina C nell'organismo, e si è verificato che variazioni in questo gene sono correlate con la predisposizione ad avere bassi livelli di vitamina C circolante.

I tuoi risultati genetici

Gene	Genotipo
SLC23A1	CC

Cosa dice la tua genetica?

In base al tuo genotipo, non sei predisposto ad avere bassi livelli di vitamina C. Altri fattori genetici e clinici potrebbero essere rilevanti. Il modo migliore per mantenere livelli adeguati di vitamina C è seguire una dieta bilanciata che contenga vari tipi di alimenti. I fumatori e le donne incinte e in fase di allattamento potrebbero dover aumentare la loro dose quotidiana di vitamina C.

Maggiori informazioni:

https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3605792/

Vitamine e minerali

Livelli di Vitamina D

La vitamina D (calcidiolo o calcifediolo) è una vitamina liposolubile che si sintetizza nella pelle dopo l'esposizione alla luce solare. Per ottenere i livelli adeguati di questa vitamina, benefica per la pelle, ci troviamo di fronte alla dicotomia di prendere il sole per sintetizzarla, o non prenderlo per evitare gli effetti nocivi della radiazione UV. La risposta può essere che possiamo prendere il sole in modo controllato e con totale sicurezza. Tuttavia, un professionista qualificato può prescrivere una supplementazione che ha dimostrato la sua efficacia. Per quanto riguarda la salute capillare, la vitamina D svolge un ruolo fondamentale stimolando la divisione cellulare nei follicoli capillari del cuoio capelluto, facilitando capelli sani, brillanti e forti. La predisposizione alla corretta sintesi della vitamina D è legata alla genetica, e vari studi hanno identificato variazioni nel gene GC correlate con la carenza di vitamina D.

I tuoi risultati genetici

Gene	Genotipo
GC	TC
GC	TT

Cosa dice la tua genetica?

In base al tuo genotipo, non sei predisposto a una deficienza di vitamina D. Altri fattori genetici e clinici potrebbero essere rilevanti.

Maggiori informazioni:

https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmedhealth/PMH0065716/

Vitamine e minerali

Livelli di Vitamina K

La vitamina K (fitomenadione) è una vitamina liposolubile, che presenta potenziali benefici terapeutici nel trattamento di condizioni della pelle legate all'alterazione della barriera cutanea, migliorando la sua funzione e riducendo il tempo di guarigione delle eruzioni. Diversi ritrovamenti suggeriscono un promettente ruolo della vitamina K in una guarigione efficiente e nella cura della salute della pelle. Anche l'applicazione topica della vitamina K ha dimostrato effetti significativi nella guarigione rispetto ad altri trattamenti, evidenziato nella contrazione delle ferite e nel tempo di recupero completo. A livello genetico, sono state descritte variazioni del gene VKORC1, che si associano con livelli anormalmente bassi di vitamina K, rafforzando la sua importanza nel mantenimento di una pelle sana.

I tuoi risultati genetici

Gene	Genotipo
VKORC1	TC

Cosa dice la tua genetica?

Secondo il tuo genotipo, la tua predisposizione ad avere bassi livelli di vitamina K è standard. Altri fattori genetici e clinici possono influenzare.

Maggiori informazioni:

https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/19436136?dopt=Abstract

Vitamine e minerali

Livelli di Calcio

Il calcio è un elemento fondamentale nello sviluppo di ossa e denti, tra molte altre funzioni, ed è anche un fattore di influenza sulla salute della pelle. Il calcio si distribuisce negli strati dell'epidermide, secondo un "gradiente di calcio epidermico", che, in un'epidermide sana, si trova in concentrazioni più alte negli strati esterni, come lo strato corneo e lo strato granulare. Questo gradiente aiuta a mantenere l'integrità della pelle, previene la disidratazione e protegge contro i danni ambientali. Quando il gradiente di calcio è alterato, la barriera cutanea può indebolirsi e portare a problemi della pelle, come secchezza, prurito e irritazione. Inoltre, il calcio è riconosciuto per promuovere una crescita capillare sana e prevenire l'ingrigimento precoce. Per quanto riguarda la genetica, studi dimostrano che mutazioni nei geni CYP24A1 e CASR, tra gli altri, sono correlati ai livelli di calcio nel sangue.

I tuoi risultati genetici

Gene	Genotipo
CASR	GG
DGKD	GG
GCKR	TC
LINC00709	TC
CARS1	AG
LOC10537017	AG
CYP24A1	AA
WDR81	CC

Cosa dice la tua genetica?

Secondo questo studio, hai una predisposizione simile alla maggior parte della popolazione ad avere livelli normali. Altri fattori genetici e clinici possono influenzare.

Maggiori informazioni:

www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/24068962

Vitamine e minerali

Livelli di Ferro

Il ferro è un minerale essenziale per molte funzioni del nostro organismo, tra cui il suo contributo alla salute dei capelli. La perdita di capelli, sia in modelli prematuri che in premenopausa, può essere correlata a livelli bassi di ferritina, e vari studi hanno esplorato la relazione tra la carenza di ferro e la perdita di capelli, collegando questa carenza a condizioni come alopecie areata e androgenetica, effluvio telogeno e perdita diffusa dei capelli. Tuttavia, altri studi ottengono conclusioni diverse, quindi non si può parlare di una correlazione diretta tra la carenza di ferro e la cattiva salute dei capelli. A livello genetico, è stato dimostrato che variazioni nel gene TF, tra gli altri, influenzano i livelli di ferro circolante nel sesso biologico femminile.

I tuoi risultati genetici

Gene	Genotipo
TMPRSS6	AA
TF	AG

Cosa dice la tua genetica?

Secondo il tuo genotipo, hai predisposizione ad avere livelli bassi di ferro. Altri fattori genetici e clinici possono influenzare. Si possono ottenere le quantità raccomandate di ferro mediante il consumo di una varietà di alimenti, come carni magre, frutti di mare, pollame, cereali, alcuni legumi, spinaci, noci e altri frutti secchi, e semi, come la chia.

Maggiori informazioni:

https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5839608/

Vitamine e minerali

Livelli di Magnesio

Il magnesio è un minerale indispensabile nella nutrizione umana, molto importante per molti processi che realizza il corpo, ed è anche essenziale per la salute della pelle e il mantenimento della barriera cutanea, che è la superficie esterna della pelle, e include lo strato corneo, lo strato più esterno dell'epidermide. Si è dimostrato che il magnesio ha effetti antinfiammatori sulla pelle, il che può aiutare a ridurre l'arrossamento e l'infiammazione associati a condizioni cutanee come l'acne e la rosacea. Alcuni studi suggeriscono che l'applicazione topica di magnesio può aiutare ad alleviare l'eczema e la psoriasi. Il magnesio è anche chiave per capelli sani, rafforzandoli e dandogli vitalità. Dal punto di vista genetico, sono state rivelate associazioni interessanti con mutazioni nei geni MUC1 e SHROOM3, tra altri, che influenzano la predisposizione ad avere livelli alterati di magnesio nel sangue.

I tuoi risultati genetici

Gene	Genotipo
MUC1	TC
SHROOM3	GG
Intergenic	AA
LOC10192833	TT
LOC10012945	GG
MECOM	AG

Cosa dice la tua genetica?

Secondo questo studio, hai una predisposizione simile alla maggior parte della popolazione ad avere livelli normali. Altri fattori genetici e clinici possono influenzare.

Maggiori informazioni:

www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/20700443

Vitamine e minerali

Livelli di Omega-6

Gli omega-6 sono acidi grassi essenziali chiave per la salute della pelle e il controllo delle condizioni cutanee. Una dieta equilibrata o l'amministrazione di integratori di acidi grassi omega-6 può migliorare la salute della pelle, poiché produce molecole antinfiammatorie, come PGE1 e 15-HETrE, che riducono l'infiammazione della dermatite, la psoriasi o l'acne. Inoltre, l'omega-6 rinforza la barriera cutanea contro il sole e il vento, mantenendo l'idratazione e la flessibilità. Idra anche la pelle, riduce l'arrossamento e promuove la guarigione. Al contrario, una dieta squilibrata può causare assottigliamento dei capelli, pelle secca, forfora e unghie fragili. Da un punto di vista genetico, è stato dimostrato che mutazioni nel gene PDXDC1, tra altri, sono correlate con la predisposizione a presentare livelli anormali di omega-6.

I tuoi risultati genetici

Gene	Genotipo
PDXDC1	AA
TMEM258	TC
IL23R	TT
Intergenic	GG
FADS1	TC
FADS2	CC
PDXDC1	GG
Intergenic	CC
FADS1	TT
PDXDC1	AG
TMEM39A	CC
PDXDC1	GC
ELOVL2	CC

Cosa dice la tua genetica?

Secondo questo studio, hai una predisposizione simile alla maggior parte della popolazione ad avere livelli normali. Altri fattori genetici e clinici possono influenzare. Possiamo trovare una buona fonte di omega-6 in molti alimenti, principalmente noci, cereali, oli vegetali, avocado o uova. Alcuni oli ricchi di omega-6, come l'olio di lino, possono trovarsi in prodotti topici che possono aiutare a bilanciare la produzione di sebo nella pelle e ridurre la comparsa di focolai di acne.

Maggiori informazioni:

www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/24823311

Vitamine e minerali

Livelli di Zinco

Lo zinco è un oligoelemento con molteplici benefici per la salute della pelle e dei capelli. Nel campo della guarigione delle ferite, lo zinco ha dimostrato di avere effetti positivi riducendo l'infiammazione e promuovendo la guarigione delle ferite. Inoltre, aiuta a proteggere le cellule della pelle contro gli effetti dannosi della radiazione UVA e possiede proprietà antibatteriche e antinfiammatorie, il che lo rende un alleato nel trattamento di condizioni come il melasma, l'acne e la rosacea. Lo zinco gioca anche un ruolo essenziale nella salute capillare e, insieme ad altri nutrienti, contribuisce a mantenere capelli sani e forti, e a prevenire l'ingrigimento precoce. Al contrario, la carenza di questo oligoelemento è stata associata con alopecia areata e perdita di capelli di modello femminile. A livello genetico, numerosi studi collegano mutazioni nel gene CA1, tra gli altri, con i livelli di zinco nel sangue.

I tuoi risultati genetici

Gene	Genotipo
CA1	AG
ND	TT
PPCDC	TT
NBDY	TC

Cosa dice la tua genetica?

Secondo questo studio, hai una predisposizione simile alla maggior parte della popolazione ad avere livelli normali. Altri fattori genetici e clinici possono influenzare.

Maggiori informazioni:

https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23720494

Altri

Livelli di DHEA

La deidroepiandrosterone (DHEA) è una proormone endogena segregata naturalmente dalle ghiandole surrenali. I livelli naturali di DHEA raggiungono il picco nella giovane età adulta e diminuiscono con l'età. La DHEA sembra avere un impatto benefico sulla pelle perché aumenta la produzione di sebo, il che aiuta a mantenere l'idratazione e la flessibilità della pelle, migliorando il suo aspetto e la sua texture. Inoltre, potrebbe esercitare un effetto anti-invecchiamento sulla pelle stimolando la biosintesi del collagene, migliorando l'organizzazione strutturale del derma. Questi effetti combinati contribuiscono al miglioramento dell'elasticità e della fermezza della pelle, riducendo l'apparizione di linee sottili e rughe comunemente associate all'invecchiamento cutaneo. A livello genetico, studi dimostrano che mutazioni nella zona intergenica ZKSCAN5 e altri geni sono correlati ai livelli di DHEA nel sangue.

I tuoi risultati genetici

Gene	Genotipo
ZKSCAN5	CC
Intergenic	GG
Intergenic	AA
Intergenic	CC
LOC10798425	TT
TRIM4	GG
Intergenic	CG
ARPC1A	CC

Cosa dice la tua genetica?

Secondo questo studio, hai una predisposizione simile alla maggior parte della popolazione ad avere livelli normali. Altri fattori genetici e clinici possono influenzare.

Maggiori informazioni:

www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21533175

Altri

Tipo di cerume

Il cerume è una sostanza cerosa di colore grigio, arancione, rosso o giallastro formata da un liquido che si secerne nel condotto uditivo esterno. La sua funzione naturale è proteggere la pelle del canale uditivo, aiutare nella sua pulizia e lubrificazione, e fornire protezione contro batteri, funghi, insetti e acqua. Dal punto di vista medico è buono avere un po' di cerume nell'orecchio, e l'eccesso normalmente si drena da solo e non produce problemi. In alcuni casi, può accumularsi provocando un'ostruzione del condotto uditivo che può influenzare l'udito. La genetica influisce sul nostro tipo di cerume e, specificamente, una determinata mutazione nel gene ABCC11 è stata correlata con la produzione di un tipo di cerume più umido o più secco.

I tuoi risultati genetici

Gene	Genotipo
ABCC11	CC

Cosa dice la tua genetica?

Secondo il tuo genotipo, hai predisposizione a produrre cerume secco. Altri fattori genetici e clinici possono influenzare. Una pulizia eccessiva o inadeguata dell'orecchio con bastoncini o altri utensili può spingere il cerume verso l'interno del canale uditivo e provocare un tappo o altri problemi, come ronzii o vertigini. A volte, per eliminare il cerume molto compatto è necessaria l'aiuto di un professionista sanitario qualificato.

Maggiori informazioni:

https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/18037328?dopt=Abstract

Altri

Uso di deodorante

L'uso di deodorante ha un componente culturale, ma la genetica è un importante fattore di influenza nella frequenza di uso di questo prodotto cosmetico. Il gene ABCC11 svolge un ruolo cruciale nella determinazione dell'attività delle ghiandole apocrine, che sono responsabili della produzione di secrezioni in aree come le ascelle, influenzando la composizione e l'odore del sudore, e che a sua volta determina l'efficacia del deodorante. Poiché ogni individuo ha una chimica unica nella sua pelle, fattori come la sensibilità dermica o le preferenze personali influenzano nella selezione del formato di un deodorante (roll-on, stick o spray) o la sua composizione (ingredienti naturali o chimici, agenti antibatterici o calmanti, con o senza fragranza, ecc). A livello genetico, è stato dimostrato che una mutazione specifica nel gene ABCC11 può influenzare in modo determinante la frequenza di uso di deodoranti.

I tuoi risultati genetici

Gene	Genotipo
ABCC11	CC

Cosa dice la tua genetica?

Secondo il tuo genotipo, la tua predisposizione all'uso abituale del deodorante è alta. Altri fattori genetici e clinici possono influenzare.

Maggiori informazioni:

https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3674910/

24Genetics

24Genetics Europe HQ
Paseo de la Castellana, 95
Planta 28
Madrid 28046
Spain
+34 910 059 099

24Genetics USA HQ
100 Cambridge St.
14th Floor
Boston MA 02114
Massachusetts - US
+1 (617) 861-2586

UK Cambridge
+44 1223 931143

24Genetics México
Torre Magenta
Paseo de la Reforma, 284
Planta 17
Colonia Juárez
Ciudad de México 06600
México
+52 (55) 9171 2060

24Genetics.com