

empower MySport

Teste genético



A NOVA AERODINÂMICA É MOLECULAR

O que analisa o teste empower MySport?

O empower MySport é um teste genético que analisa marcadores genéticos envolvidos em:

- Desenvolvimento muscular
- Capacidade de resistência
- Capacidade de hidratação
- Níveis de ácido fólico
- Predisposição para stress oxidativo
- Resposta inflamatória
- Predisposição para lesões
- Força máxima, potência e velocidade
- Predisposição para acumulação de gordura
- Fatores que afetam o apetite e o controlo da saciedade
- Capacidade de queimar gordura

Qual é a finalidade do teste empower MySport?

O teste MySport analisa o perfil genético do indivíduo relativamente a nutrição, desempenho desportivo e predisposição para lesões. Este teste fornece informações eficazes e precisas, que influenciarão todas as fases do treino, ajudarão a prevenir lesões e a modificar os hábitos alimentares de cada pessoa, realçando os seus pontos mais fortes.

Por outras palavras, o teste MySport ajuda a estabelecer uma estratégia personalizada de modo a alcançar o máximo desempenho desportivo.

A quem se destina o teste empower MySport?

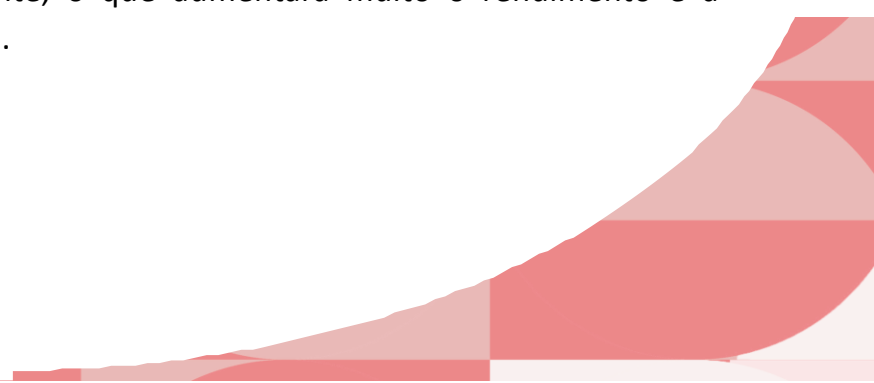
O teste MySport destina-se a todas as pessoas que praticam desporto a qualquer nível, e pode ser realizado por qualquer indivíduo que pretenda uma estratégia personalizada para maximizar o seu rendimento desportivo. Recomenda-se que a avaliação e interpretação dos seus resultados seja realizada por um especialista, já que existem condições fisiológicas e patologias que devem ser consideradas e incluídas nas recomendações e orientações dietético-desportivas personalizadas.

Em que consiste o teste empower MySport?

Tanto o treino desportivo como a nutrição equilibrada, exigem muito esforço e planeamento, embora esse esforço nem sempre se traduza em bons resultados, uma vez que cada um de nós possui as suas próprias características que implicam reações diferentes.

**OS MELHORES
RECORDES ESTÃO
NOS SEUS GENES**

Somos todos diferentes porque o nosso DNA é diferente e, embora a maior parte do nosso material genético seja idêntico, há uma pequena proporção que difere entre nós. Esta pequena porção faz com que cada indivíduo apresente características únicas. Recorrendo à nossa genética, podemos descobrir de antemão que tipo de dieta e que tipo de treino nos é mais conveniente, o que aumentará muito o rendimento e a probabilidade de sucesso no desporto.



Áreas que determinam o perfil genético do desempenho atlético

Potencial atlético:

É importante no desporto em geral, e particularmente no desporto de alto rendimento, conhecer os pontos fortes e fracos de cada atleta, de forma a ajustar a sua preparação física de modo mais adequado e eficiente.

Os resultados do seu perfil genético irão refletir-se num conjunto de medidas personalizadas a implementar num programa de treino, de acordo com o nível de atividade física, intensidade do exercício, objetivos de fitness e predisposição a lesões.

Nutrição desportiva

Para atingir os seus objetivos desportivos de forma eficaz e segura, é essencial uma escolha correta de dieta que seja adaptada ao seu consumo de energia para o controlo eficiente do peso corporal, uma vez que nem todas as pessoas reagem da mesma forma ao mesmo tipo de dieta e alimentos.

Conheça o teste empower MySport:

- O teste empower MySport é um **teste genético** que determina o seu perfil genético associado ao desempenho desportivo, de modo a atingir os seus objetivos físicos e de rendimento.
- O MySport é um teste **não invasivo**. O ADN é obtido a partir de uma amostra de saliva, numa colheita indolor e adequada a pessoas de qualquer idade.
- O MySport é realizado apenas **uma vez na vida**, pois a sua genética não muda.
- O teste MySport analisa marcadores genéticos com **evidência científica** que são úteis para adaptar a sua dieta e recomendações para o plano de treino.
- **Tecnologia inovadora** para maior precisão e acuidade dos resultados obtidos.
- Após a receção da sua amostra no laboratório, os seus resultados estarão disponíveis em **20 dias**.