



VERSAFULL[®]

UM ÚNICO TESTE. TODOS OS RESULTADOS

**RELATÓRIO GENÉTICO
RESUMO E RECOMENDAÇÕES**

RESUMO E RECOMENDAÇÕES

Antes de iniciar sua análise, é importante que você saiba:

1. Pode ocorrer de nem todas as variantes para uma determinada doença serem contempladas na análise de polimorfismos. Caso haja fortes indícios da doença e nenhuma variante de risco tenha sido identificada, é recomendado realizar um **sequenciamento** por NGS.
2. A ausência de uma variante de risco **não descarta a possibilidade** de ocorrência da doença, pois o ambiente exerce papel importante no desenvolvimento de doenças complexas.
3. A presença de uma variante de risco **pode aumentar a chance de ocorrência da doença**, porém não indica garantia ou previsibilidade da doença, não sendo possível saber ao certo se a doença ocorrerá ou quando ocorrerá.
4. As informações fornecidas neste relatório são baseadas em dados publicados na literatura científica de SNPs e são apenas para fins informativos, de pesquisa e educacionais, não tendo caráter de diagnóstico.
5. É importante entender que a maioria dos estudos publicados sobre polimorfismos de DNA explica apenas uma pequena parte da hereditariedade de um traço ou risco de doença, e também não leva em consideração como diferentes polimorfismos podem interagir. Além disso, muitos estudos publicados não levam em consideração fatores ambientais, dietéticos, microbianos, históricos médicos e estilo de vida, que podem alterar o risco de qualquer característica ou doença.
6. Você é fortemente encorajado a discutir quaisquer dados genéticos com um médico, conselheiro genético ou outro profissional de saúde **antes de tomar qualquer decisão médica**.
7. O objetivo deste tipo de teste genético é permitir que você conheça os seus riscos e possa elaborar estratégias personalizadas que reduzam as chances de ocorrência de problemas de saúde.

COMO ANALISAR OS MEUS RESULTADOS?

Antes de chegar aos seus resultados, é importante que você entenda como ler e interpretar os relatórios da Versa Gene!

Visando facilitar a interpretação, o seu resumo é apresentado em formato de tabelas e separado por categorias de análise, como no exemplo a seguir:

Característica	Seu Risco Individual	Recomendações
Risco de sobrepeso e obesidade (Gene FTO - rs9939609)		Se você está tentando perder peso, tente fazer restrição calórica 2 ou 3 vezes na semana.
Risco de sobrepeso e obesidade (Gene FTO - rs1558902)		Se você está tentando perder peso, reduza as calorias ingeridas.
Risco de sobrepeso e obesidade (Gene FTO - rs3751812)		Se você está tentando perder peso, reduza as calorias ingeridas.
Obesidade familiar - raro (Gene FAM71F1 - rs6971091)		Não foi localizado alelo raro de obesidade familiar no gene FAM71F1.

LEGENDA DO RISCO INDIVIDUAL

	A sinalização verde indica um risco baixo ou normal para a característica analisada.
--	--

	A sinalização amarela indica um risco levemente aumentado para a característica analisada.
--	--

	A sinalização vermelha indica um risco aumentado para a característica analisada. Tenha mais cautela nesse caso.
--	--

	A ausência de cor pode ocorrer e indica que os alelos para a característica não puderam ser localizados.
--	--

(1) Ansiedade e pânico (2) CBD - Eficácia na ansiedade (Gene ADORA2A)		(1) Risco levemente maior de ansiedade/pânico (2) CBD: Eficácia aumentada.
---	--	--

Caso uma mesma variante genética tenha efeitos relevantes em mais de uma característica, isso será sinalizado com números (1) ou (2) na coluna Característica e a sinalização de cor da coluna Seu Risco Individual será referente à **primeira característica analisada.**

COMO ANALISAR OS MEUS RESULTADOS?

Antes de chegar aos seus resultados, é importante que você entenda como ler e interpretar os relatórios da Versa Gene!

ANALISANDO CARACTERÍSTICAS IGUAIS NAS TABELAS

Se você apresentar riscos com indicações diferentes para uma mesma característica, considere o risco na ordem em que as informações aparecem. Por exemplo:



Exemplo prático 1 - Gene FTO e risco de obesidade

Risco de sobrepeso e obesidade (Gene FTO - rs9939609)		Se você está tentando perder peso, tente fazer restrição calórica 2 ou 3 vezes na semana.
Risco de sobrepeso e obesidade (Gene FTO - rs1558902)		Está tudo bem por aqui! Mas lembre-se de que uma dieta equilibrada é um dos pilares da boa saúde!
Risco de sobrepeso e obesidade (Gene FTO - rs3751812)		Está tudo bem por aqui! Mas lembre-se de que uma dieta equilibrada é um dos pilares da boa saúde!

EXPLICAÇÃO: Como a Versa Gene trabalha a apresentação dos resultados por ordem de relevância, nesse caso, a variante sinalizada em amarelo (rs9939609) é tida como mais relevante. Dessa forma, ainda que as outras variantes tenham a sinalização em verde, o efeito de risco levemente aumentado não pode ser ignorado.



Exemplo prático 2 - Gene ADH1B e metabolismo do álcool

Característica	Seu Risco Individual	Recomendações
Acúmulo de acetaldéido (Gene ADH1B - rs1229984)		Tenha cautela com o consumo de álcool, pois o risco de alcoolismo é aumentado.
Acúmulo de acetaldéido (Gene ADH1B - rs2066702)		Tendência ao metabolismo normal do álcool.

EXPLICAÇÃO: No caso do gene ADH1B, o risco é baixo/normal.

ANALISANDO O RISCO DE DOENÇAS COMPLEXAS

Doenças complexas são aquelas de dependem de diversos fatores de risco para acontecerem, como é o caso da obesidade. O risco desse tipo de doença deve ser analisado **levando em consideração os diversos fatores** que propiciam o seu desenvolvimento.



Exemplo prático - Gerenciamento do peso corporal

Característica	Seu Risco Individual	Recomendações
Risco de sobrepeso e obesidade (Gene FTO - rs9939609)		Se você está tentando perder peso, tente fazer restrição calórica 2 ou 3 vezes na semana.
Risco de sobrepeso e obesidade (Gene FTO - rs1558902)		Está tudo bem por aqui! Mas lembre-se de que uma dieta equilibrada é um dos pilares da boa saúde!
Risco de sobrepeso e obesidade (Gene FTO - rs3751812)		Está tudo bem por aqui! Mas lembre-se de que uma dieta equilibrada é um dos pilares da boa saúde!
Obesidade familiar - raro (Gene FAM71F1 - rs6971091)		Não foi localizado alelo raro de obesidade familiar no gene FAM71F1.
Gasto energético corporal (Gene UCP1 - rs6536991)		Termogênese reduzida e maior risco de obesidade.
Proteção contra obesidade (Gene MC4R - rs2229616)		Menor proteção contra obesidade, tenha cautela com a alimentação.
Índice de massa corporal (Gene MC4R - rs17782313)		Melhor resposta de perda de peso em uma dieta baixa em proteínas. Pratique exercícios físicos.
Controle de saciedade (Gene LEPR - rs1137101)		Reduza o consumo de ômega-6, fracione as refeições e evite restrição calórica severa.

EXPLICAÇÃO: Nesse caso, recomenda-se cautela com a alimentação, pois o risco de obesidade levemente aumentado pelo FTO (1), o gasto energético (2) é reduzido, há menor proteção contra obesidade (3), maior risco de IMC aumentado (4) e menor saciedade (5). Os riscos (2), (3), (4) e (5) potencializam as chances de sobrepeso e obesidade, pois são características que levam ao **problema principal**.

ANALISANDO O RISCO DE DOENÇAS GENÉTICAS - SINAL AMARELO

Doenças genéticas são aquelas que dependem menos do ambiente para se desenvolverem, por isso, algumas características devem ser analisadas com mais cautela quando houver sinais clínicos ou sintomas da doença ou mesmo história familiar da doença.

Algumas doenças genética são muito comuns na população, **como é o caso da hemocromatose**, enquanto outras doenças tem frequência muito baixa, sendo consideradas **raras**. Desta forma, por mais que você apresente uma variante em um gene de doença genética, não há razões para ansiedade. Converse com o seu médico de confiança e verifique a necessidade de acompanhamento profissional.



Exemplo prático 1 - Hemocromatose

Risco de hemocromatose (Gene HFE - rs1800562)		Uma cópia da variante C282Y. Pode ter aumento dos níveis de ferritina.
Risco de hemocromatose (Gene HFE - rs1799945)		Risco normal de hemocromatose. Verifique as outras variantes associadas.



Exemplo prático 2 - Febre Familiar do Mediterrâneo

Febre Familiar do Mediterrâneo (variante K695R)		1 alelo de risco. Em caso de sintomas, fale com o seu médico de confiança.
Febre Familiar do Mediterrâneo (variante M680I)		Ausência de alelos de risco. Verifique as outras variantes associadas.

EXPLICAÇÃO: Nesse caso, o risco individual sinalizado em amarelo indica que o indivíduo carrega uma cópia da variante com mutação para o gene analisado. A recomendação, nesse caso, é para que haja vigilância com a ocorrência de sintomas.

CONDIÇÃO DE PORTADOR: Na maioria dos casos, carregar apenas 1 alelo com a mutação não implica na ocorrência da doença, tornando o indivíduo "portador" da mutação, mas não afetado. Porém, estudos científicos recentes apontam que algumas doenças genéticas recessivas (que dependem de 2 alelos com mutação para se manifestarem) podem ocorrer em formas mais leves quando há apenas 1 alelo com mutação. Desta forma, não ignore os sintomas! Em alguns casos, é importante realizar aconselhamento genético no planejamento familiar, pois há o risco de que a mutação seja passada para a próxima geração.

ANALISANDO O RISCO DE DOENÇAS GENÉTICAS - SINAL VERMELHO

A sinalização vermelha em um gene do resumo sempre indica a presença de 2 cópias do alelo de risco, dessa forma, é importante estar atento aos sinais clínicos, sintomas da doença ou mesmo história familiar da doença.



Exemplo prático - Tabela de variantes raras

Doença de Armazenamento de Glicogênio Tipo 1a (Gene G6PC)		Parabéns! Está tudo bem por aqui!
Intolerância hereditária à frutose (Gene ALDOB)		Localizados 2 alelos de risco.
Intolerância hereditária à frutose (Gene ALDOB)		Parabéns! Está tudo bem por aqui!
Distrofia muscular das cinturas (Gene SGCA)		Parabéns! Está tudo bem por aqui!

EXPLICAÇÃO: Nesse caso, o risco individual sinalizado em vermelho indica que o indivíduo carrega duas cópias da variante com mutação (Gene ALDOB) para o gene analisado. A recomendação, nesse caso, é para que haja vigilância com a ocorrência de sintomas.

CONDIÇÃO DE AFETADO: Em alguns casos de doenças puramente genéticas, carregar duas cópias da variante com mutação é quase uma garantia de sintomas associados. Lembre-se, uma cópia da mutação será obrigatoriamente passada à próxima geração, sendo assim, é recomendado que o aconselhamento genético seja realizado no planejamento familiar.

QUANDO DEVO REALIZAR UM SEQUENCIAMENTO POR NGS?

O teste Versa Gene inclui algumas variantes patogênicas (causadoras de doenças) em sua análise. Porém, nem todas as variantes patogênicas de doenças genéticas estão listadas nessa análise. **Ainda que você receba um resultado negativo em alguma doença, isso não descarta a possibilidade de outras mutações genéticas associadas.**

Caso você identifique um risco aumentado para uma doença genética, fale com o seu médico. Lembre-se, o teste Versa Gene não tem função de diagnóstico e dependendo do risco apresentado, é recomendado que você realize um sequenciamento por NGS.

Além disso, é importante ter em mente que a patogenicidade das mutações genéticas pode mudar ao longo do tempo, conforme pesquisas são realizadas. A Versa Gene tem o compromisso de manter as informações do relatório sempre atualizadas, mas sempre que houver dúvida em relação à característica patogênica ou benigna de uma variante, busque informações atualizadas no banco de dados Clinvar.

Nome: Modelo Versa Full Homem
 Data de Nascimento: 10/10/80
 ID da Amostra: COD45125
 Solicitante: Nome do profissional prescriptor

Relatório Versa Full
www.versagene.com.br
contato@versagene.com.br

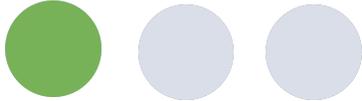
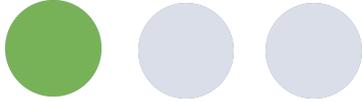
Seus resultados

GERENCIAMENTO DO PESO CORPORAL		
<p>Genes relacionados à obesidade influenciam o apetite, o metabolismo e o armazenamento de gordura. Variações genéticas podem aumentar o risco de ganho de peso, modulando respostas a alimentos e exercícios. Fatores ambientais também interagem com esses genes.</p>		
Característica	Seu Risco Individual	Recomendações
Risco de sobrepeso e obesidade (Gene FTO - rs9939609)		Se você está tentando perder peso, tente fazer restrição calórica 2 ou 3 vezes na semana.
Risco de sobrepeso e obesidade (Gene FTO - rs1558902)		Está tudo bem por aqui! Mas lembre-se de que uma dieta equilibrada é um dos pilares da boa saúde!
Risco de sobrepeso e obesidade (Gene FTO - rs3751812)		Está tudo bem por aqui! Mas lembre-se de que uma dieta equilibrada é um dos pilares da boa saúde!
Obesidade familiar - raro (Gene FAM71F1 - rs6971091)		Não foi localizado alelo raro de obesidade familiar no gene FAM71F1.
Gasto energético corporal (Gene UCP1 - rs6536991)		Termogênese reduzida e maior risco de obesidade.
Proteção contra obesidade (Gene MC4R - rs2229616)		Menor proteção contra obesidade, tenha cautela com a alimentação.
Índice de massa corporal (Gene MC4R - rs17782313)		Tendência ao menor risco de obesidade.

Nome: Modelo Versa Full Homem
 Data de Nascimento: 10/10/80
 ID da Amostra: COD45125
 Solicitante: Nome do profissional prescritor

Relatório Versa Full
www.versagene.com.br
contato@versagene.com.br

Seus resultados

Índice de massa corporal (Gene MC4R - rs17700633)		Tendência ao menor risco de obesidade.
Índice de massa corporal (Gene MC4R - rs571312)		Tendência ao menor risco de obesidade.
Circunferência da cintura (Gene MC4R - rs12970134)		Tendência ao menor risco de obesidade e menor circunferência da cintura.
Sinalização de adiponectina (Gene ADIPOQ - rs1501299)		A suplementação com cetonas de framboesa pode ser útil no emagrecimento.
Consumo de carboidratos no estresse (Gene NPY - rs16139)		Tendência ao menor impacto do estresse na alimentação.
Impacto da ingestão de gorduras no emagrecimento (Gene SH2B1 - rs7359397)		O consumo de gorduras impacta negativamente o controle do peso. Evite gorduras saturadas em excesso.

Nome: Modelo Versa Full Homem
 Data de Nascimento: 10/10/80
 ID da Amostra: COD45125
 Solicitante: Nome do profissional prescritor

Relatório Versa Full
www.versagene.com.br
contato@versagene.com.br

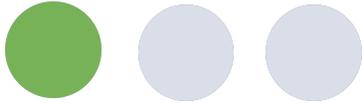
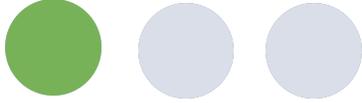
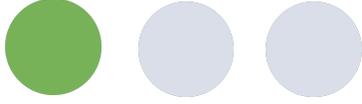
Seus resultados

CONTROLE DO APETITE E SACIEDADE		
<p>Genes relacionados à compulsão alimentar, como os que regulam leptina e grelina, influenciam a fome e a saciedade. Variações nesses genes podem alterar os níveis desses hormônios, aumentando o apetite e a predisposição a episódios de compulsão alimentar.</p>		
Característica	Seu Risco Individual	Recomendações
Controle de saciedade (Gene LEPR - rs1137101)		Reduza o consumo de ômega-6, fracione as refeições e evite restrição calórica severa.
Comportamento beliscador (Gene LEPR - rs2025804)		Menor tendência ao comportamento beliscador.
Controle da fome e apetite (Gene GHSR - rs4684677)		Tendência à menor sinalização da fome e apetite mais controlado.
Controle da fome e apetite (Gene GHSR - rs572169)		Tendência à menor sinalização da fome e apetite.

Nome: Modelo Versa Full Homem
 Data de Nascimento: 10/10/80
 ID da Amostra: COD45125
 Solicitante: Nome do profissional prescritor

Relatório Versa Full
www.versagene.com.br
contato@versagene.com.br

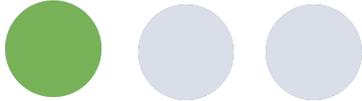
Seus resultados

METABOLISMO DE GORDURAS		
<p>Genes do metabolismo lipídico regulam a forma como o corpo processa e armazena gorduras. Variações genéticas podem afetar níveis de colesterol e triglicerídeos, influenciando o risco de doenças cardiovasculares e resposta a dietas ricas em gorduras.</p>		
Característica	Seu Risco Individual	Recomendações
Metabolismo de gorduras dietéticas (Gene PPARG)		Metabolismo normal de gorduras dietéticas. Tolerância aumentada à dieta cetogênica.
Metabolismo de gorduras saturadas (Gene ECA)		A gordura saturada pode aumentar o risco de hipertensão.
Risco de obesidade no alto consumo de gorduras saturadas (Gene APOA2)		Menor impacto da gordura saturada no risco de obesidade.
Gorduras saturadas e risco de síndrome metabólica (Gene TCF7L2 - rs7903146)		A gordura saturada não impacta o risco de síndrome metabólica.
Metabolismo do ômega-3 e 6 (Gene FADS1)		Reduza o consumo de ômega-6 e aumente o consumo de ômega-3.
(1) Metabolismo do ômega-3 e 6 (2) Inteligência (Gene FADS2)		(1) Possivelmente reduzido (2) Aleitamento materno aumenta 4 pontos no QI.
Eficácia do jejum intermitente (Gene ACADS - rs1800556)		O jejum intermitente é uma estratégia válida para atingir a cetose.

Nome: Modelo Versa Full Homem
 Data de Nascimento: 10/10/80
 ID da Amostra: COD45125
 Solicitante: Nome do profissional prescriptor

Relatório Versa Full
www.versagene.com.br
contato@versagene.com.br

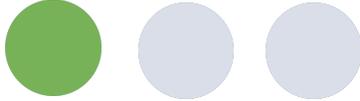
Seus resultados

Eficácia do jejum intermitente (Gene ACADS - rs28940874)		O jejum intermitente é uma estratégia válida para atingir a cetose.
Eficácia do jejum intermitente (Gene ACADS - rs61732144)		O jejum intermitente é uma estratégia válida para atingir a cetose.
Eficácia do jejum intermitente (Gene ACADS - rs28941773)		O jejum intermitente é uma estratégia válida para atingir a cetose.

Nome: Modelo Versa Full Homem
 Data de Nascimento: 10/10/80
 ID da Amostra: COD45125
 Solicitante: Nome do profissional prescriptor

Relatório Versa Full
www.versagene.com.br
contato@versagene.com.br

Seus resultados

METABOLISMO DE CARBOIDRATOS		
<p>Genes do metabolismo de carboidratos regulam a forma como o corpo processa açúcares, afetando níveis de glicose e a sensibilidade à insulina. Variações genéticas podem influenciar o risco de desenvolver diabetes tipo 2 e a resposta a dietas ricas em carboidratos.</p>		
Característica	Seu Risco Individual	Recomendações
Adaptação à dieta rica em carboidratos (Gene CLTCL1 - rs1061325)		Parabéns, o seu organismo tem capacidade aumentada de lidar com carboidratos.
Risco de resistência à insulina no alto consumo de carboidratos (Gene IRS1)		Os carboidratos impactam negativamente o risco de resistência à insulina e diabetes tipo 2.
Tendência ao consumo de açúcar (Gene SLC2A2 - rs5400)		Tendência ao consumo normal/reduzido de açúcares.
Impacto do carboidrato à noite no risco de diabetes (Gene MTNR1B)		Menor impacto do consumo de carboidratos à noite no risco de diabetes tipo 2.
Tolerância à dieta rica em carboidratos (Gene GIPR - rs2287019)		Tolerância levemente melhorada para dieta com alto carboidrato. Risco de obesidade ligeiramente aumentado.

Nome: Modelo Versa Full Homem
 Data de Nascimento: 10/10/80
 ID da Amostra: COD45125
 Solicitante: Nome do profissional prescriptor

Relatório Versa Full
www.versagene.com.br
contato@versagene.com.br

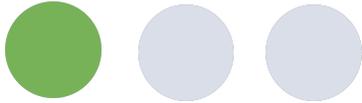
Seus resultados

RISCO DE RESISTÊNCIA À INSULINA E DIABETES TIPO 2		
<p>Fatores genéticos influenciam a resistência à insulina e o diabetes tipo 2, afetando a função das células beta pancreáticas e a sensibilidade à insulina. Genes como o KCNJ11 e TCF7L2 estão associados a um risco elevado, impactando a regulação da glicose e aumentando a predisposição à doença.</p>		
Característica	Seu Risco Individual	Recomendações
Risco de resistência à insulina (Gene KCNJ11 - rs5219)		Risco levemente aumentado de resistência à insulina. Controle o consumo de carboidratos.
Risco de resistência à insulina no alto consumo de carboidratos (Gene IRS1)		Os carboidratos impactam negativamente o risco de resistência à insulina e diabetes tipo 2.
Gorduras saturadas e risco de síndrome metabólica (Gene TCF7L2 - rs7903146)		A gordura saturada não impacta o risco de síndrome metabólica.
Risco de diabetes tipo 2 (Gene TCF7L2 - rs12255372)		Risco normal/reduzido de diabetes tipo 2. Verifique as outras variantes associadas.
Risco de diabetes tipo 2 (Gene HHEX - rs7923837)		Leve aumento no risco de diabetes tipo 2. Para controle do risco, opte por uma dieta de baixo índice glicêmico.
Risco de diabetes tipo 2 (Gene HHEX - rs1111875)		Não há recomendação, pois os seus alelos não puderam ser localizados!
Impacto do carboidrato à noite no risco de diabetes (Gene MTNR1B)		Menor impacto do consumo de carboidratos à noite no risco de diabetes tipo 2.

Nome: Modelo Versa Full Homem
 Data de Nascimento: 10/10/80
 ID da Amostra: COD45125
 Solicitante: Nome do profissional prescriptor

Relatório Versa Full
www.versagene.com.br
contato@versagene.com.br

Seus resultados

RISCO DE ESTEATOSE HEPÁTICA NÃO ALCOÓLICA		
<p>O gene PNPLA3 está fortemente associado à esteatose hepática, uma condição caracterizada pelo acúmulo de gordura no fígado. Variações nesse gene podem aumentar o risco de desenvolver a doença, dificultando a quebra de lipídios e levando a inflamação, fibrose e possíveis danos ao fígado.</p>		
Característica	Seu Risco Individual	Recomendações
Risco de acúmulo de gordura no fígado (Gene PNPLA3)		Risco normal/reduzido de esteatose hepática. Verifique as outras variantes associadas.

METABOLISMO DA CAFEÍNA		
<p>O gene CYP1A2 regula o metabolismo da cafeína, determinando se uma pessoa a metaboliza rapidamente ou lentamente. O gene ADORA2A, por sua vez, influencia a resposta à cafeína, com variantes associadas a maior ansiedade após o consumo dessa substância.</p>		
Característica	Seu Risco Individual	Recomendações
Taxa de metabolismo da cafeína (Gene CYP1A2)		Metabolismo intermediário da cafeína. É possível que o café não te cause insônia.
(1) Ansiedade e pânico (2) CBD - Eficácia na ansiedade (Gene ADORA2A)		Não há recomendação, pois os seus alelos não puderam ser localizados!



O ARQUIVO QUE VOCÊ ACABOU DE VER É APENAS UM MODELO DO RELATÓRIO DE RESUMO VERSA FULL

O arquivo de modelo apresentado conta com a análise 7 painéis e inclui todas as informações reais, disponibilizadas no relatório individual.

O relatório de resumo do teste Versa Full contém entre 100 e 110 páginas, podendo variar conforme o sexo, masculino ou feminino.

Se você tem dúvidas sobre a análise Versa Gene ou gostaria de informações sobre genes e variantes específicas, entre em contato por whatsapp e teremos o maior prazer em ajudar!

O teste Versa Full inclui 4 relatórios:

- Relatório completo com detalhes da análise
- Relatório de resumo e recomendações
- Relatório de resposta a medicamentos
- Relatório de Sugestão de Suplementação Personalizada