

METABOLISMO, VITAMINE B e SALUTE DEL CUORE

Perché le vitamine del gruppo B e l'acido folico sono importanti per il vostro organismo?

Le vitamine sono delle molecole organiche essenziali per il metabolismo normale, la crescita e lo sviluppo, e per la regolazione della funzione cellulare. Poiché le vitamine generalmente non possono essere sintetizzate dalle cellule umane, le vitamine essenziali devono essere fornite attraverso il cibo o gli integratori. Certe vitamine del gruppo B sono particolarmente importanti e lavorano insieme all'acido folico per mantenere il cuore in buona salute. La salute del cuore dipende da un complesso equilibrio di fattori ambientali, dietetici e genetici. Alcuni geni sono coinvolti nel metabolismo delle vitamine B6 e B12. Il gene MTHFR, ad esempio, influenza i livelli di omocisteina nel sangue ed alti livelli di omocisteina possono aumentare il rischio di malattie cardiovascolari. Un fattore importante nella regolazione dei livelli di omocisteina entro valori normali, è la presenza di valori ottimali di vitamina B, incluso acido folico, B6 e B12.

www.dna-solutions.it/IIB003/contents/test_nutrigene

