

EasyDNA ES

EasyDNA Example Test



GGC

GENERAL GENETICS
CORPORATION

Dear EasyDNA,

12 noviembre 2019

Encuentre su INFORME DE RESULTADOS DE PRUEBAS dentro de este documento. Le pedimos que lea todo el informe en primer lugar para ayudarlo a comprender los resultados en su totalidad.

Dentro de este informe encontrará lo siguiente:

- Intolerancias alimentarias
- Intolerancias no alimentarias
- Deficiencias nutricionales
- Toxicidad de los metales
- Bioma intestinal
- Desequilibrio hormonal

Para ayudarlo a comprender su informe, los encabezados de cada sección le explicarán cómo se ha analizado su muestra. Todos los elementos enumerados en su informe tendrán una explicación de más detalles sobre dónde se encuentran los elementos o las composiciones.

Tenga en cuenta que si no tiene resultados en las secciones de Bioma intestinal o Desequilibrio hormonal, es porque su cuerpo no muestra anomalías aquí.

Al final de su informe, hemos sugerido un plan de acción completo para eliminar los alimentos y artículos no alimentarios de su dieta, así como la forma en que puede cambiar los alimentos que come para darle a su cuerpo lo que necesita.

Todo aquí tiene un nivel de intolerancia de más del 85% como se verá en los niveles de porcentaje en el lado derecho. La razón por la que informamos justo por encima de este umbral es porque el 85% es el punto en el que usted esperaría comenzar a experimentar los síntomas de una intolerancia.

Kind Regards,

EasyDNA ES

Intolerancias alimentarias

Estos son los elementos que su muestra ha demostrado que potencialmente tendrán una reacción y, por lo tanto, son una intolerancia a los alimentos. Para ayudarlo a comprender mejor estos artículos, cada alimento tendrá una explicación al lado para mostrarle dónde puede encontrarlos.

Todos los elementos que se enumeran en su informe tienen un nivel de intolerancia de más del 85%, como se verá en los niveles de porcentaje que figuran en el lado derecho. La razón por la que solo informamos los elementos por encima de este umbral es porque el 85% es el punto en el que se espera que comience a experimentar los síntomas de una intolerancia.

Carambola Fruta estrella.	●	0%
Cilantro Una hierba aromática y culinaria.	●	13%
Dulce libertad Un edulcorante hecho de 100% fruta	●	43%
E 479 Aceite de soja termo-oxidado Se encuentra en margarine y emulsiones grasas similares para frituras.	●	46%
Earl Grey té Un té aromatizado con aceite de bergamota	●	90%
Guayaba Una fruta tropical común.	●	1%
Haba de riñón roja Frijol pequeño, rojo oscuro en color.	●	69%
la gamba's Un marisco que se asemeja a un camarón grande	●	65%
Leche evaporada Leche que ha sido deshidratada.	●	70%
lúpulo Un agente estabilizador en la cerveza, también se utiliza en algunos desodorantes, utilizadas en remedios herbales.	●	81%
Utilizado en platos indios y mexicanos. Un tipo de melón que generalmente tiene carne verde.	●	2%
Vainilla Sustancia a partir de vainas de vainilla, de uso frecuente como condimentación.	●	79%
Vino blanco Vino elaborado con uvas blancas.	●	5%
el cangrejo A crustacean with edible flesh.	●	81%
a. cerveza inglesa de malta Un tipo de cerveza-generalmente más dulce en sabor y elaborada sin lúpulo.	●	11%
Aceite de colza Una alternativa más ligera a los aceites de cocina estándar. Derivado de la planta de colza	●	9%
Aceite de menta Un aceite esencial, conocido por dar una sensación fresca y un efecto calmante en el cuerpo	●	88%
Aceite de oliva Una grasa líquida obtenida de aceitunas.	●	0%
Aceitunas (negras) Fruta pequeña y comestible. Se utiliza para los aceites y en la cocina.	●	82%
Aceitunas (verdes) Fruta pequeña y comestible. Se utiliza para los aceites y en la cocina.	●	0%

EasyDNA Example Test	Your Test:	12/11/2019	Ref:	14738
Acido acético Utilizado en vinagre				79%
Ácido ascórbico E300 Las fuentes incluyen leche, miso y yogur. Si lee la lista de ingredientes para jugos de frutas y bebidas, cereales, dulces de fruta, embutidos, cereales y frutas congeladas, puede ver el ácido ascórbico en la lista. Los fabricantes a veces lo incluyen en los alimentos como conservante, antioxidante o estabilizador del color, o para aumentar el contenido de vitamina C de un alimento.				0%
Aguacate Una fruta en forma de pera, con piel áspera y grasa. A menudo comido en ensaladas y cocinar.				70%
Ajo Bulbo picante, utilizado en la cocina y medicamentos.				94%
A-lactoalbúmina Uno de los componentes de la principal proteína de la leche.				7%
albahaca Una hierba aromática de la familia de la menta.				26%
Albaricoque Una fruta de hueso, generalmente de color naranja. Una gran fuente de vitamina A				39%
Alcachofa Una variedad de cardos, cultivada para comer				88%
Alcaravea Semillas de una planta de la familia del perejil. Utilizado en la cocina/aceites/semillas.				54%
Alforfón Derivado de las semillas de una planta con flores. No contiene gluten				61%
Almejas Un molusco comestible				60%
Almendra Una tuerca comestible, oval en forma con una cáscara leñosa. A menudo se utiliza en la cocción / horneado				64%
Anchoa Un pequeño pez. Conservadas en sal y aceite.				1%
Anguila Esbelto pescado comestible.				61%
Anís Las semillas del anís - que se utilizan en la cocina y en las hierbas medicinales				17%
Apio Vegetales utilizados en ensaladas / cocina.				92%
Arándano Una pequeña fruta dulce. A menudo de color azul o negra.				56%
Arce El jarabe de arce es un jarabe hecho generalmente de la savia del xilema del arce del azúcar, del arce rojo, o del arce negro, aunque puede también ser hecho de otras especies del arce				57%
Arenque Pescado pequeño y plateado. Ampliamente consumido.				34%
Arenque ahumado Pescado entero ahumado en frío				57%
Arroz Pequeños granos blancos o marrones				43%
Auster Molusco comestible con la concha áspera y dura.				92%
Avellana Pequeño fruto seco marrón comestible que proviene del avellano.				99%

EasyDNA Example Test	Your Test:	12/11/2019	Ref:	14738
Azúcar blanca El azúcar es el nombre generalizado para los carbohidratos solubles dulces, de cadena corta, muchos de los cuales se utilizan en los alimentos	●	4%		
Azúcar marrón (natural) El azúcar moreno es un producto de azúcar de sacarosa con un color marrón distintivo debido a la presencia de melaza	●	16%		
Bacalao Un gran pescado marino comestible.	●	30%		
Berenjena Fruta en forma de huevo morado (también conocida como berenjena). Comida como vegetal.	●	55%		
Berro Crecimiento rápido, hierba comestible	●	30%		
Berro Una hoja de ensalada	●	43%		
Bígaros Pequeño caracol marino comestible.	●	42%		
B-lactoglobulina proteína de la leche	●	57%		
Breitling Nombre común de varias especies de peces: bacalao, eglefino, merluza y abadejo.	●	39%		
Caballa Pescado frecuentemente consumido. Color verde-azul.	●	71%		
Caballo Carne de un caballo.	●	5%		
Café (negro) El café negro puede referirse a: Café, servido como una bebida sin crema o leche, ya menudo sin azúcar también.	●	92%		
Café de malta Un sustituto del café. Normalmente sin cafeína	●	0%		
calabaza Fruta naranja grande. Carne para cocinar.	●	3%		
Camarón Pequeño crustáceo, comunmente consumido.	●	54%		
Canela Especias aromáticas. Se usa en la cocción / horneado	●	24%		
Cardamomo Semillas aromáticas de la familia de jengibre - utilizado como especia en la cocina.	●	25%		
Carnero Carne de oveja madura.	●	54%		
Cashewkerne Fruto seco comestible en forma de riñón. Rico en aceite y proteínas	●	49%		
Castañas Fruto seco comestible y duro de color marrón. A menudo horneado antes de comer.	●	19%		
Cebada Un gran cereal cultivado. Se usa a menudo en la cerveza.	●	85%		
Cebolla (crudo) Vegetales picante, se puede comer crudo. Muy utilizado en la cocina.	●	26%		
Cebollas (cocido) Vegetal picante, se puede comer crudo. Muy utilizado en la cocina.	●	61%		
Centeno Una hierba cultivada extensivamente como un grano	●	1%		

EasyDNA Example Test	Your Test:	12/11/2019	Ref:	14738
Cerdo Carne de cerdo.				● 77%
Cereza Una pequeña fruta de hueso, generalmente de color rojo.				● 60%
Cerveza Una bebida alcohólica hecha de malta fermentada con levadura y lúpulo				● 8%
Champiñón Un hongo frecuentemente utilizado en la cocina.				● 44%
Ciervo Carne de ciervo.				● 27%
Ciruela Una ciruela pasa es una ciruela seca.				● 0%
Ciruelo Fruto de hueso, carnoso, pequeño y redondo. A menudo de color rojo o morado.				● 53%
Clara de huevo La sustancia clara y viscosa que rodea la yema del huevo. Se vuelve blanca cuando está cocida.				● 44%
clavo de olor Utilizado en platos indios y mexicanos.				● 0%
Coco Semilla grande con pulpa comestible. Usado en cocina / zumo/ condimentos.				● 75%
cohete Un tipo de lechuga, comúnmente conocida como rúcula.				● 93%
Col (Crudo) Vegetales comunes. Variedades verdes, rojas y blancas.				● 77%
Col de bruselas Brote pequeño y compacto de la familia de la col. Comido como vegetal.				● 72%
col rizada Un nutriente denso miembro de la familia de la col.				● 34%
Cola Bebida gaseosa de color marrón que se condimenta extracto de nuez de cola, o un sabor similar.				● 0%
Coliflor Variedad de col comestible. Cabeza blanca y grande y hojas verdes				● 16%
Comino Semilla aromática usada como especia.				● 94%
Conejo Pequeña planta que come el animal. La carne se puede comer.				● 85%
Cordero Carne de cordero				● 54%
Cornflakes Un cereal de desayuno hecho con copos tostados de maíz.				● 68%
cúrcuma Polvo aromático utilizado en la cocina.				● 59%
Dátil Dulce fruta comestible, de diversas palmeras.				● 91%
Dulce de leche Leche que se ha calentado al punto de ebullición.				● 83%
E 100 Curcumina Color del alimento, cuyo color varía del amarillo al rojo, dependiendo del pH (acidez).				● 1%
E 101 Riboflavina Colorante amarillo para alimentos. Utilizado en varios productos.				● 47%

EasyDNA Example Test	Your Test:	12/11/2019	Ref:	14738
E 102 Tartracina Los alimentos de color amarillo.				● 9%
E 120 Cochinilla, ácido carmínico Colorante rojo que se encuentra en bebidas alcohólicas, productos de panadería y coberturas, galletas, postres, bebidas, helados, rellenos de pastel.				● 59%
E 1200 Polidextrosa Un espesante y de relleno. Une al agua y protege contra la congelación.				● 86%
E 122 Azorrubina Color rojo de alimentos - en manjar blanco, mazapán, rollo suizo, mermeladas y conservas, dulces, salsa marrón, yogures aromatizados, sopas de paquete, jaleas.				● 0%
E 123 Amaranto Aditivo alimentario derivado de la planta herbácea				● 15%
E 128 Rojo 2G Colorante alimentario rojo. Uso restringido en confitería y productos cárnicos.				● 52%
E 132 Indigotina , carmín de índigo Color del alimento azul				● 24%
E 133 Azul brillante FCF E 133 Azul brillante FCF				● 72%
E 140 Clorofilas Color de alimento verde.				● 25%
E 142 Verde Verde tinte sintético alquitrán de carbón se encuentra en postres, gránulos sosowych, helado, salsa de menta, dulces, migas de pan, mezclas para pasteles y guisantes enlatados.				● 100%
E 150a Caramelo natural De marrón a negro - marrón que se encuentra en los alimentos.				● 51%
E 150b Caramelo de sulfito cáustico Marrón a negro en color. En pan integral, bollos, chocolate, galletas, brandy, confitería a base de harina con sabor a chocolate, revestimientos, decoraciones, rellenos y coberturas, patatas fritas, pastas de pescado, postres congelados, encurtidos, salsas y aderezos, bebidas de cola, dulces, vinagre y whisky.				● 35%
E 151 Negro brillante BN Se utiliza en decoraciones y recubrimientos, postres, pasta de pescado, bebidas lácteas aromatizadas, helados, mostaza, mermeladas de frutas rojas, salsas, bocadillos salados, refrescos, sopas y dulces.				● 64%
E 155 Marrón HT Color de los alimentos marrones. Uso restringido en confitería y productos de panadería.				● 0%
E 160 a Alfa, beta y gamma caroteno Sabor color rojo oscuro.				● 94%
E 160 d Licopeno Colorante rojo oscuro.				● 0%
E 161 b Luteína Colorante amarillo para alimentos. Raramente usado. Si se usa sólo en sopas y bebidas alcohólicas.				● 4%
E 162 Rojo de remolacha, betanina Ampliamente utilizado colorante rojo.				● 92%
E 163 Antocianinas Encontrado en incendios cereza, productos lácteos, cerezas, helado, jalea, pepino, refrescos, tomates, zanahorias o sopas de verduras y dulces.				● 65%
E 170 Carbonato cálcico Color blanco para revestimiento superficial; Agente antiaglomerante, agente de relleno (productos farmacéuticos), estabilizador en fruta enlatada.				● 31%

EasyDNA Example Test	Your Test:	12/11/2019	Ref:	14738
E 171 Bióxido de titanio	La superficie de recubrimiento de color blanco que se utiliza para capas separadas de productos; El agente blanqueador en pasta de dientes.	●		37%
E 173 Aluminio	Como aditivo alimentario se utiliza exclusivamente para la decoración exterior de confitería congelado en forma de azúcar en la decoración de tortas y tabletas y píldoras acabado en plata.	●		0%
E 180 Litol-rubina BK	el rojo. Sólo se utiliza para el recubrimiento de la superficie del queso.	●		5%
E 200 Acido sórbico	Se utiliza en las cáscaras confitadas, sidra, salsa de postre, rellenos y aditivos, mlekach fermentados, pizzas congeladas	●		87%
E 202 Sorbato potásico	Se puede encontrar en cáscara confitada, queso, sidra, zumo de fruta concentrado, salsas de postre, albaricoques secos, rellenos y coberturas, leches fermentadas, pizzas congeladas	●		31%
E 210 Acido benzoico	Se puede encontrar en la cerveza, esencia de café, salsas para postres, refrescos, jarabes saborizados, jugo de frutas, puré, mermelada, margarina, arenque en vinagre	●		24%
E 211 Benzoato sódico	Se encuentra en la salsa de barbacoa, caviar, mezcla de pastel de queso, pasteles de frutas, margarina, pepinos encurtidos, jugo de piña, gambas, conservas, aderezo, salsa de soja, dulces y aceitunas de mesa.	●		52%
E 213 Benzoato cálcico	Se utiliza como un conservante tanto antibacteriana y antifúngica. Se puede encontrar en el jugo concentrado de piña.	●		52%
E 261 Acetato potásico	Por lo general, presente en productos como salsas y pepinos.	●		80%
E 270 Acido láctico	Encontrado en muchos productos diferentes; productos lácteos fermentados como la leche agria, el queso y el suero de leche. También se usa en bebidas gaseosas, mermeladas, jaleas, margarina blanda, mermelada, leches y cereales infantiles, col roja en escabeche, aderezos para ensaladas, dulces, salsa tártara y muchos productos enlatados, como alimentos para bebés, caballa, peras, sardinas, fresas y tomates.	●		51%
E 296 Acido málico	Los productos típicos incluyen bebidas no alcohólicas, goma de mascar, gelatinas, pudines y rellenos, dulces duros y suaves, mermeladas y jaleas, frutas procesadas y jugos de frutas.	●		0%
E 297 Acido fumárico	Los productos típicos incluyen pan, bebidas de frutas, tarta de llenado, aves de corral, vino, mermeladas, jalea.	●		66%
E 301 Ascorbato sódico	Se puede encontrar en empanadas de cerdo, platos de pescado rápido congelado, salchichas, huevos de pollo, salchichas ahumadas, conservas de carne y alimentos para bebés.	●		51%
E 302 Ascorbato cálcico	Se utiliza como antioxidante, conservante del color y como suplemento vitamínico. Se puede encontrar en bouillons, consomés, huevos escoceses y otros productos alimenticios.	●		74%
E 310 Galato de propilo	Como aceites usados, margarina, manteca de cerdo y ensaladas, a veces utilizado en los envases.	●		0%
E 325 Lactato sódico	Se encuentra en queso, confitería, helado, jaleas de frutas, sopas, frutas enlatadas	●		49%
E 326 Lactato potásico	Se encuentra en queso, dulces, helado, jalea de frutas, sopas, fruta en conserva	●		7%
E 327 Lactato cálcico	Se puede encontrar en crema, queso, helado, sopa, polvo de hornear.	●		0%
E 338 Acido ortofosfórico	Se encuentra en muchos productos, principalmente cola, carne y productos de queso.	●		44%

EasyDNA Example Test	Your Test:	12/11/2019	Ref:	14738
E 352 Malatos de calcio Utilizado como espesante y aromatizante. Se encuentra en helados, productos fritos, mermelada, etc.				● 83%
E 380 Citrato triamónico Se encuentra en productos de confitería de chocolate y queso.				● 0%
E 403 Alginato amónico Bebidas, comida, dulces, etc.				● 77%
E 404 Alginato cálcico Helados y productos congelados de panadería.				● 47%
E 405 Alginato de propilenglicol Helados, confitería, aderezos, etc.				● 94%
E 406 Agar-agar Espesante y estabilizador en muchos productos				● 72%
E 412 Goma guar Agente espesante en muchos productos				● 25%
E 414 Goma arábica Aditivo utilizado en refrescos y dulces gomosos como malvavisco, M&M y chicle.				● 91%
E 415 Goma xantana Agente espesante, estabilizante y emulsionante en una amplia variedad				● 27%
E 416 Goma karaya Agente espesante, estabilizante y emulsionante.				● 29%
E 422 Glicerol Productos de panadería y confitería.				● 89%
E 440 Pectina amidada Se utiliza para productos de confitería, jaleas, mermeladas alto contenido de azúcar, conservas, mermeladas y productos de bebidas.				● 96%
E 460 Celulosa microcristalina Se encuentra en salsas, sopas, pieczykach, galletas y pasteles, postres helados, margarinas, grasas, mermeladas, chocolate, postres y lociones rápidas.				● 1%
E 901 Cera de abejas, blanca y amarilla Recubrimiento, en goma de mascar y parte de la miel.				● 100%
E 902 Cera de candelilla Utilizado en la goma de mascar, productos de confitería				● 48%
E 903 Cera de carnauba Utilizado en la goma de mascar, dulces, cafés, productos de panadería				● 57%
E 904 Goma laca Utilizado como un revestimiento de confitería y frutas				● 53%
E 950 Acesulfamo K Edulcorante artificial				● 53%
E 951 Aspartamo Edulcorante artificial				● 35%
E 952 Ciclamato Ciclamato de sodio es un edulcorante artificial.				● 38%
E 953 Isomaltosa Edulcorante encuentra en dulces przegotowanych, toffee, lizakach, obleas, pastillas para la tos, pastillas para la garganta y para muchos otros productos.				● 83%
E 954 Sacarina El sustituto del azúcar más comúnmente utilizado				● 26%
E 965 Maltitol El maltitol es un alcohol de azúcar (un poliol) usado como un sustituto de azúcar				● 61%

EasyDNA Example Test	Your Test:	12/11/2019	Ref:	14738
E 966 Lactitol Edulcorante de bajas calorías.		79%		
E 967 Xilitol Edulcorante de bajas calorías.		48%		
Eglefino Algunos crustáceos comúnmente comidos son camarones, langostas, cangrejos y cangrejos		81%		
el cangrejo de río Crustáceo de agua dulce parecido a una pequeña langosta.		57%		
el eneldo Hierba aromática utilizada para aromatizar.		66%		
el romero Una hierba perenne-usada para aromatizar		69%		
el tomillo Una hierba perenne aromática		21%		
Escaña mayor Un tipo de trigo, también conocido como trigo Dinkel.		99%		
Escarola lechuga Un tipo de lechuga		53%		
Espárrago Comido como vegetal. También conocido como espárrago de jardín.		79%		
Espinaca Vegetal comestible de color verde oscuro. Se usa a menudo en la cocina.		95%		
Frambuesa Una fruta suave comestible relacionada con la zarzamora, que consiste en un racimo de drupelets rojizo-rosados.		68%		
Fresa Fruta comestible y dulce. Rojo con la piel tachonada de la semilla.		51%		
Frijoles Judía blanca, generalmente secada.		48%		
Gallina Tipo más común de ave de corral.		78%		
Ganso Una especie de pato. La carne del pájaro se come ampliamente.		27%		
Garbanzo Leguminosa cultivada Alto en proteína		49%		
Gelatina Gelatina tiene el E441 número E, es en casi todos dulces gomosos y también artículos como malvaisco, helado y yogur descremado incluso.		10%		
Ginebra Licores de la baya de enebro.		46%		
Gluten Gluten. Presente en trigo y centeno.		90%		
Granada Una fruta de tamaño mediano que contiene muchas pequeñas semillas rojas que se pueden comer.		84%		
granadilla Una fruta que se sabe que es baja en calorías y alta en nutrientes		68%		
Grano de avena También conocido como Oatmeal en los Estados Unidos. Normalmente se come para el desayuno.		0%		

EasyDNA Example Test	Your Test:	12/11/2019	Ref:	14738
Grosella Una pequeña fruta redonda comestible.		0%		
Guisante Semilla pequeña, redonda y verde. Consumida como vegetal.		10%		
Haba (gruesa) Frijoles pequeños y planos. De color verde, también llamado fava beans		39%		
Haba (verde) Larga y delgada de color verde		48%		
Haba de soja Frijol de la planta de soja. Muy alto en proteínas.		43%		
Halibut Peces marinos del norte, consumido en todo el mundo.		69%		
Harina secalis cerealis La harina de trigo es un polvo hecho de la molienda de trigo		1%		
Hígado (cerdo) El hígado del animal - a menudo comido		14%		
Hígado (cordero) El hígado del animal. Ampliamente comido.		94%		
Hígado (ternera) El hígado del animal. Ampliamente comido.		75%		
Higo Fresco o deshidratado - fruta suave, dulce y oscura		87%		
Hinojo fresco Hierba aromática y aromática de uso frecuente en la cocina.		100%		
Hongo de botón El tipo más común de hongo		92%		
Huevo El huevo entero - incluyendo la clara y la yema.		91%		
Húmero Crustáceos grandes, se consume cocinado.		8%		
Jarabe simple La melaza, o melaza negra, es un subproducto viscoso de refinar la caña de azúcar o la remolacha azucarera en azúcar.		72%		
Jengibre Especia caliente y fragante. Se utiliza principalmente como aromatizante pero se puede encontrar picado, en polvo, conservado o confitado.		27%		
Judía de Lima Frijoles pequeños, en forma de riñón - cultivados en la vaina.		5%		
Kiwi Fruta comestible con piel peluda y pulpa verde.		15%		
la baya de acai Un superalimento que se puede comer entero o jugo		0%		
la cerveza Tipo de cerveza generalmente pálida y dorada.		90%		
la endibia Planta comestible, amarga usada en ensaladas.		83%		
la hoja de laurel Una hierba seca a menudo utilizada en la cocina.		89%		
La linaza También conocido como linaza: usado en aceites y horneado.		38%		

EasyDNA Example Test	Your Test:	12/11/2019	Ref:	14738
la piña Large, juicy fruit with hard skin and edible yellow fles		54%		
Lactosa Esto indica intolerancia a la lactosa en leche.		4%		
Leche condensada Se hace generalmente de la leche de vaca mediante la eliminación de agua.		86%		
Leche de cabra Leche del animal.		94%		
Leche de oveja Leche de las ovejas.		90%		
Leche de vaca Leche obtenida de vacas lecheras.		56%		
Leche descremada El suero de mantequilla es el líquido que queda después de batir mantequilla de crema.		36%		
Lechuga achicoria Un tipo de lechuga		87%		
Lechuga de mantequilla Un tipo de lechuga		0%		
Lechuga iceberg Un tipo de lechuga		0%		
Lechuga romana Un tipo de lechuga		49%		
Lenguado Pescado plano y comestible.		47%		
Lente Legumbre de alta proteína.		100%		
Levadura Tipo de hongo utilizado en la fabricación de alcohol y en la repostería.		6%		
Limón Cítricos amarillos con jugo ácido y fragante. Pulpa comestible.		8%		
Mango Fruta con pulpa comestible. A menudo se come y se utiliza en cocina.		22%		
Mantequilla Un producto lácteo, hecho con la grasa natural que se encuentra en la leche (grasa de leche)		57%		
Mejillón Un marisco también conocido como el "mejillón azul".		84%		
Melocotón (cocido) Fruta de hueso redonda con carne jugosa		21%		
Melón de galia Variedad popular de melón con piel amarilla y comestible, pulpa blanca.		75%		
Menta (fresca) Una planta aromática de uso frecuente en la cocina		26%		
Miel Líquido dulce y pegajoso hecho de néctar.		0%		
Mijo El cereal se usa principalmente para hacer harina.		3%		
Mostaza Pasta amarilla de sabor picante. Consumido y usado en cocina.		89%		
Naranja Un cítrico. Redondo, con la piel anaranjada y pulpa comestible.		54%		

EasyDNA Example Test	Your Test:	12/11/2019	Ref:	14738
Nata La crema es un producto lácteo compuesto por la capa superior de grasa de mantequilla desnatada de la parte superior de la leche.		74%		
Nueces de Brasil Un gran fruto seco de tres lados originario de Sudamérica		60%		
Nueces de macadamia Nuez comestible del árbol de macadamia.		0%		
Nuez Semillas comestibles, comidas crudas o utilizadas en la cocción / horneado.		89%		
Nuez moscada Una especia muy común, relacionada con la maza		54%		
Nuez pecana Fruto seco marrón y comestible que viene del pacano.		43%		
Okra Un vegetal también conocido como dedos de damas. Parte de la familia del malva.		90%		
Ovomaltina Una marca de producto de sabor a leche elaborada con extracto de malta.		90%		
Pan - centeno Pan hecho con harina del grano de centeno.		4%		
Papaya Fruta tropical con pulpa naranja comestible.		7%		
Pasa (cocido) Una uva parcialmente seca.		96%		
Pastas Hecho de la masa sin levadura que es estirada, extruída, o rodada plana. Este artículo se refiere a fideos de tipo ramen (se encuentran en los fideos listos para ir - tallarines, supernoodles)		12%		
Patata Planta de almidón. Comida muy común.		60%		
Pato Un pájaro de agua, conocido por sus piernas cortas y patas palmeadas.		8%		
Pavo Carne del pájaro.		19%		
Pera Una fruta dulce.		46%		
Perejil Planta utilizada como una hierba de cocina o aderezo para los alimentos.		16%		
Pimienta (blanca) Especia, hecho, blanco, peppercorns		74%		
Pimienta (negra) Frutos secos de la familia de la pimienta de Piperaceae. Usados enteros como granos de pimienta o molidos para especiar / dar sabor en la cocina.		33%		
Pimiento Especia en polvo de color rojo usada en la cocina.		38%		
Pimiento (amarillo) Pimienta amarilla - a menudo utilizado para cocinar sabor.		63%		
Pimiento (rojo) Pimiento rojo - a menudo utilizado para cocinar sabor.		99%		
Pimiento (verde) Pimienta en forma de campana		11%		
Piñón La semilla comestible de varios pinos.		22%		

EasyDNA Example Test	Your Test:	12/11/2019	Ref:	14738
Plátano Una fruta larga y curvada con pulpa comestible y piel amarilla		88%		
platija Pescado grande y plano. Ampliamente consumido.		97%		
Pomelo amarillo Cítricos grandes y redondos con carne comestible.		70%		
Puerro Planta comestible, consumida como vegetal.		31%		
Quinua Cultivos cultivados con semillas con almidón.		100%		
Rábano Hortalizas de raíz utilizadas como especias, más comúnmente utilizadas como salsa		43%		
Rábano Raíz alargada. A menudo se come cruda en ensaladas.		78%		
Remolacha Una raíz vegetal, púrpura y blanco en color		91%		
Remolachas Un vegetal rojo oscuro y redondo		99%		
Repollo - Blanco Variedad de repollo, de color blanco.		70%		
Repollo - Rojo Variedad de repollo con hojas rojas o moradas.		0%		
Ron El ron es una bebida alcohólica destilada hecha de subproductos de caña de azúcar mediante un proceso de fermentación y destilación.		52%		
Rutabaga Vegetales de raíz grande y amarilla.		64%		
Sal Un mineral comúnmente utilizado para el sabor		37%		
Salmón Pescado grande, usualmente rosado. Comida muy popular.		67%		
Salmón (Agua dulce) Pescado grande, usualmente rosado. Comida muy popular.		47%		
salsa de ostras Generalmente marrón oscuro, un condimento hecho de extractos de la ostra		34%		
Salsa de soja Un condimento chino hecho con soja.		3%		
Salvia Hierba aromática utilizada en la cocina.		65%		
Sandía Variedad comestible de melón con piel verde y pulpa roja.		7%		
Sardina Sardina joven, ampliamente consumida.		11%		
Semilla de amapola Semilla pequeña de la flor de amapola. Utilizado a menudo en cocinar y cocer al horno.		45%		
Semilla de calabaza La semilla de una calabaza		44%		
Semilla de sésamo Semillas ricas en aceite de planta de sésamo.		7%		

EasyDNA Example Test	Your Test:	12/11/2019	Ref:	14738
Seta de la castaña Similar a la seta del botón, pero tenga una tapa marrón y más sabroso.		40%		
Seta de la ostra Una seta salvaje comúnmente comido		83%		
Seta Portobello El tipo más grande de setas		76%		
Seta shitake Un tipo de seta alta en vitamina B y D		49%		
Té blanco Un tipo de té con propiedades antioxidantes.		15%		
Té de jazmín Un té pensado para ayudar a estimular el sistema inmunológico.		8%		
Té de malvavisco Un té que se cree que ayuda a aliviar las quejas digestivas.		42%		
Té de manzanilla Una infusión de manzanilla dulce y flores secas. De uso frecuente para los propósitos medicinales. Un té conocido para que reducir los niveles de estrés y ayuda a regular el sueño.		49%		
Té Oolong Un té tradicional chino, conocido por ayudar con la inflamación.		36%		
Té Rooibos Un té rojo con un sabor suave y aromático.		97%		
Tee (negro) Éste es té normal del tipo "Tetley" e incluye el té con leche.		25%		
Tee (verde) El té verde es un tipo de té que se elabora a partir de hojas de Camellia sinensis que no han sufrido el mismo proceso de marchitez y oxidación que se utiliza para hacer té negro y oolong.		42%		
Tenera La carne de vaca, toro o buey.		6%		
Tenera seca Carne de vacuno que se ha conservado y secado - a menudo conocido como espasmódico.		1%		
Ternero Carne de ternero joven		0%		
Tomate (crudo) Frutta rossa. Mangiato come un vegetale in insalata e utilizzati in cucina.		66%		
Trigo Un grano de cereal.		90%		
Trigo triturado El grano de cereal en su forma molida		24%		
Trucha (río) Peces de agua dulce. Comúnmente consumidos.		38%		
Uva (azul) Esto incluye artículos elaborados con uva, es decir, el vino.		23%		
Uva (blanca) Esto incluye artículos elaborados con uva, es decir, el vino.		34%		
Uva crespas Pequeñas y firmes, pero a veces con nervaduras y translúcidas, las grosellas son un único pequeño alimento a base de plantas que crecen en arbustos relativamente pequeños y espinosos		72%		
Vinagre (claro) Lo más común en el hogar americano.		0%		
Vinagre (malta) Líquido marrón usado con frecuencia para condimentar / añadir sabor a los alimentos.		13%		

EasyDNA Example Test	Your Test:	12/11/2019	Ref:	14738
Vino tinto Vino elaborado con uvas tintas.				● 97%
Vodka Una bebida alcohólica destilada.				● 51%
Wasabi Una pasta picante, utilizada para cocinar y aromatizar también llamada rábano picante japonés.				● 25%
Whisky Un espíritu destilado de grano maltado, especialmente cebada o centeno.				● 58%
Yema de huevo La parte amarilla de un huevo.				● 1%
Yerba Mate el té Un té naturalmente cafeinado.				● 0%
Zanahoria Hortaliza de color naranja y cónica				● 30%
Zarzamora Fruta comestible. A menudo púrpura-negro				● 0%
Ziege Un animal domesticado. La carne de este animal se puede comer.				● 45%

Intolerancias no alimentarias

Estos artículos se clasifican como artículos no alimentarios, lo que significa que generalmente no son comestibles. Los artículos que no son alimentos podrían estar causando una reacción al estar cerca de su piel por inhalación.

Todos los artículos que se enumeran a continuación son artículos no alimentarios a los que ha mostrado una reacción, los cuales se clasifican como 85% Cualquier cosa por debajo de este umbral NO causará problemas a su salud y, por lo tanto, no tendrá reacciones ni "síntomas".

Ácaro del polvo de casa

Una de las mayores causas de alergias, vive en muebles, colchones, almohadas, alfombras etcetera.



81%

Ácaros de almacenamiento

Ligada al ácaro del polvo de casa que normalmente se encuentra en un entorno agrícola más.



16%

Aspergillus Fumigatus

Hongo que se ha generalizado en la naturaleza, típicamente encontrado en el suelo y descomposición de materia orgánica como compost montones.



74%

Aspergillus Niger

Molde negro que aparece en frutas, verduras y frutos secos.



72%

Epitelio de ciervos

Epitelio es piel o células.



36%

Plumas de loro

Plumas de las especies de loros de aves.



37%

el aliso

Un árbol del género de haya.



48%

Abedules

Un árbol de hojas delgadas de madera dura



0%

Abejas

Las abejas son insectos voladores estrechamente relacionados con las avispas y las hormigas, conocidas por su papel en la polinización.



25%

Abeto rojo

Un árbol de coníferas de hoja perenne



93%

Acedera

Maleza de jardín común. También conocido como alazán o rumex.



13%

Agrostis tenuis

Hierba que crece en humedales y pastizales.



10%

Ajenjo

Una planta y una hierba. Se utiliza en el ajeno, también se utiliza como aroma para algunos vinos y bebidas espirituosas.



24%

Albúmina sérica de perro

Del contacto con el animal.



24%

Alerce

Coníferas con brillantes paquetes de hoja verde de agujas, que se encuentran en las zonas frías del hemisferio norte. Se cultiva en el disco de madera y resina (que da trementina).



60%

Alforfón

Derivado de las semillas de una planta con flores. No contiene gluten



61%

Alhelí amarillo (Cheiranthus cheiri)

Ampliamente cultivado de plantas con flores.



7%

Aligustre (Ligustrum spp.)

Arbusto muy aromático con bayas negras venenosas.



0%

Anisakis

Un gusano parasitario que se encuentra en los peces



0%

EasyDNA Example Test	Your Test:	12/11/2019	Ref:	14738
Árbol de tilo También conocido como tilo.		58%		
Arbustos		73%		
Arce (acerbo sep.) Un tipo de planta de brezo		100%		
Armuelle (Artiplex spp.) Una planta tipo arbusto. También conocido como saltbush.		54%		
Artemisia (Artemisia vulgaris) Planta aromática. Ocasionalmente se usa en comida y cerveza.		48%		
Artemisia Salina Comida para pez		43%		
Ascaris Un parásito gusano redondo que esto no indica que el parásito está en el cuerpo, significa que si el cuerpo fuera a entrar en contacto lo más pronunciado notarse los síntomas.		72%		
Aster Un tipo de flor.		43%		
Aster nuevo belga Una especie de margarita		0%		
Avellano nueces de árbol común		8%		
Avena loca (Avena fatua) Una especie de hierba de la familia de la avena.		17%		
Avispa Un insecto social, conocido por su tendencia a picar. Típicamente negro y amarillo.		40%		
Betula verrucosa Downy abedul es un árbol caducifolio de hoja ancha nativo del Reino Unido		37%		
Bóvidos Un animal del grupo ganadero, que también incluye búfalos y bisontes.		89%		
Brezal (Calluna vulgaris) Una planta de hoja perenne.		57%		
Caballo Un gran mamífero de cuatro patas.		0%		
Cabra Animal domesticado		50%		
Canario Pequeñas especies de aves, generalmente de color amarillo.		72%		
Cardo Nombre común de un grupo de plantas con flores caracterizadas por hojas con punzadas afiladas en los márgenes, generalmente de color púrpura.		93%		
Carrizo Una hierba alta encontrada en cañizales.		72%		
Castaño (Castaño de indias) Aesculus hippocastanum es una especie de planta con flores en Sapindaceae.		45%		
Cebada (Hordeum vulgare) Un gran cereal cultivado. A menudo en la cerveza.		34%		
Cedro japonés el árbol		69%		
Ceñiglo (Chenopodium album) Una planta de la familia del amaranto.		26%		

EasyDNA Example Test	Your Test:	12/11/2019	Ref:	14738
Cereza Árbol que produce la fruta		86%		
Chopo temblón Árbol nativo de Europa y Asia		24%		
Cloro (Cl) Típicamente utilizado como antiséptico. Se usa para tratar piscinas.		10%		
Cobayo Pequeño mamífero que es a menudo una mascota.		33%		
Codeso (Laburnum anagyroides) Laburnum anagyroides, el laburnum común, la cadena de oro o la lluvia dorada, es una especie en la subfamilia Faboideae, y en el género Laburnum.		96%		
Cola de perro También conocido como la cola del perro con cresta - que se caracteriza por una cabeza de semilla que es plana en un lado		27%		
Cola de zorro (Alopecurus prat.) Un tipo de hierba común		0%		
Colza Planta cosechada por sus semillas. Cuando florece es amarilla.		68%		
Conejo Pequeña planta que come el animal.		73%		
Correola mala hierba común también conocido como campo de pestañas.		99%		
Crisantemo (morifolium de la c.) Una planta perenne.		87%		
Dahlia (Dahlia hybrida) Dahlia es un género de arbustos, tubérculos, herbáceas plantas perennes nativas de México.		74%		
Diente de león (Taraxum duplidens) Una mala hierba de la flor de la margarita. Conocida por su gran flor amarilla.		3%		
E 216 Propil parahidroxibenzoato Es un conservante típicamente encontrado en muchos cosméticos a base de agua, tales como cremas, lociones, champús y productos de baño.		88%		
el cacahuete Crecido bajo tierra, un chiflado popular.		0%		
Enebro La planta produce bayas de enebro. Un aroma especial que lo distingue entre la mayoría de los arbustos.		88%		
Epitelio de Fox Epitelio es piel o células.		51%		
Epitelio hurón Epitelio es piel o células.		33%		
Escaña mayor Un tipo de trigo, también conocido como trigo Dinkel.		23%		
Espiguilla (Poa pratensis) Ordinario, pradera de hierba suave.		44%		
Espino blanco Los árboles que producen flores blancas pequeñas bayas de color rosa y rojo		45%		
Excrementos de Paloma Heces y orina de este animal.		45%		
Fagus (Fagus silvatica) Árbol de hoja caduca perteneciente a la familia de la haya. Conocido como haya común o haya común.		15%		

EasyDNA Example Test	Your Test:	12/11/2019	Ref:	14738
Festuca de los prados (<i>Festuca pratensis</i>) Pasto alto y suelto con hojas largas y planas.				30%
Fetuca roja (<i>Festuca rubra</i>) Común, hierba alta - de color rojo				47%
Fresa Fruta comestible y dulce. De color rojo con la piel tachonada de la semilla.				81%
Fresno común Conocida como la ceniza, o ceniza europea o ceniza común para distinguirlo de otros tipos de cenizas				75%
Gato Mascota común				37%
Gramma (<i>Cynodon dactylon</i>) Una hierba encontrada en climas más cálidos				73%
Gramma de olor Hierba perfumada y dulce. Crece en prados como pasto de heno.				0%
Gramma delgada Hierba perenne muy común. También conocido como la hierba del sofá.				11%
Grosella La planta produce pequeñas grosellas - tanto rojo y negro				52%
Hámster Pequeño animal, a menudo tenido como mascota.				14%
Haya Un árbol corriente perteneciente a la familia del abedul.				34%
Hierba de huerto (<i>Dactylis glomerata</i>) También conocido como pasto ovillo.				72%
Hierba de la avena (<i>Arrhenaterium elatius</i>) Hierba alta encontró prados				18%
Hierba de San Antonio (<i>Epilobium angustifolium</i>) Conocido comúnmente en Norteamérica como el fireweed, en algunas partes de Canadá como gran willowherb, y en Gran Bretaña como willowherb del rosebay				61%
Hierba de Santiago Crece en bosques y lugares secos y abiertos, flores amarillas.				40%
Hierba de terciopelo (<i>Holcus lanatus</i>) Una hierba alta				17%
Hierba Timotea (<i>Phleum pratense</i>) Una hierba ampliamente cultivada en el Reino Unido, se cree que es un desencadenante del asma.				54%
Hongos Incluyendo mohos, champiñones y toadstools.				21%
Horse Bot Fly Tipo de mosca que muy a menudo causa irritación a los caballos.				18%
Jacinto (<i>Endymion non scriptus</i>) Hyacinthus es un pequeño género de bulbosa, fragante plantas con flores				0%
Jazmín (<i>Philadelphus spp.</i>) Planta con flores blancas y fuerte fragancia				81%
Lana de oveja Fibra textil obtenida de la oveja.				76%
Lilo flores de colores púrpura				33%
Llantén mayor Planta común. Conocido por su amplia hoja en forma de concha.				56%

EasyDNA Example Test	Your Test:	12/11/2019	Ref:	14738
Lupinie (Lupinus polyphyllus) Lupinus polyphyllus es una especie de lupino nativa de América del Norte occidental desde el sur de Alaska y la Columbia Británica al este de Quebec		79%		
Lúpulo Una planta con flores - utilizada para la producción de cerveza		48%		
Maíz (Zea mays) Planta - conocido también como maíz.		38%		
Mangle Arbusto o árbol tropical		2%		
Manzanilla común Planta, a menudo usada para fines medicinales. Se usa muy a menudo para hacer té.		81%		
Manzano Árboles que producen frutas		80%		
Margarita (Leucanthemum vulgare) Un tipo de flor de la margarita.		13%		
Mijo Japon Una hierba.		80%		
Mink Epithelium El epitelio es piel o células.		82%		
mora Pequeño árbol que lleva fruta morada oscura.		53%		
Mosquito Insecto volador que muerde a seres humanos y animales.		67%		
Muérdago Nombre común de la planta que produce pequeñas bayas blancas. Tradicionalmente utilizado para decorar la casa durante el período festivo.		63%		
Narcissus Género predominantemente de plantas perennes.		90%		
Nuez Semillas comestibles comidas crudas o utilizadas en la cocción / horneado.		61%		
Olmo (Ulmus glabra) El más común de la familia Elm tree		87%		
Ortiga Planta floreciendo		71%		
Ortiga mayor (Urtica dioica) Una planta, que si se toca pica la piel.		69%		
Penicillioyl Intolerancia a la penicilina. El determinante alergénico en alergia a la penicilina.		62%		
Peral Tipo de árbol que produce la fruta		66%		
Periquito Pequeñas aves, a menudo como mascota		88%		
Perro Un animal doméstico común.		28%		
Pino (pinus spp.) Un árbol de coníferas		52%		
Pino escocés (pinus sylvestris) Especies de pino. también conocido como pino silvestre		17%		
Plátano (patanus acerifolia) Árbol alto, en realidad un árbol híbrido.		48%		

EasyDNA Example Test	Your Test:	12/11/2019	Ref:	14738
Plumas de ganso Plumas de esta especie de ave. A menudo se utiliza en los muebles del hogar.		47%		
Plumas de pato Plumas del pájaro.		71%		
Plumas de pollo Plumas de la especie de pollo de ave.		47%		
Polilla Insecto nocturno con alas grandes.		84%		
Polvo Se compone de partículas de la atmósfera y el medio ambiente, tales como el suelo		84%		
Populus spp. Árbol de flores caducas		89%		
Primrose (Primulus) Flor generalizada de los bosques		67%		
Proteínas de la orina del conejo Del contacto con la orina del animal.		80%		
Proteínas de orina de ratón Por contacto con la orina del animal.		0%		
Ragweed (Ambrosia elatior) El polen es una sustancia pulverulenta fina a gruesa que comprende granos de polen que son microgametófitos machos de plantas de semillas		90%		
Ranúnculo Pequeña flor con los pétalos amarillos brillantes.		12%		
Ranúnculo (Carpinus betulus) Un árbol de madera dura		0%		
Rata Roedor, comúnmente conocido como una plaga en entornos urbanos.		72%		
Ratón Un pequeño roedor, caracterizado por nariz pequeña puntiaguda y orejas redondeadas pequeñas.		1%		
Raygras (Lolium perenne) También conocido como ryegrass inglés.		0%		
Robinia (Robinia pseudacacia) Una especie de árbol		59%		
Roble (Quercus robur) Arbol alto. Originario de Europa.		95%		
Rosas (Rosa spp.) Una rosa es una planta perenne madura de floración del género Rosa		31%		
sauce Tipo de árbol.		46%		
Saúco La planta que produce el saúco.		75%		
Tamariske (Myrica sp.) Especies de plantas con flores.		9%		
Tilo europeo Generalmente conocido como la cal común (Islas Británicas) o el tilo común		88%		
Trifolium (Trifolium spp.) Una flor generalmente se encuentra en los campos y pastos secos		10%		
Trigo (Triticum aestivum) Un cereale.		93%		

Tulipán (Tulipa spp.)

El tulipán es un género eurasiático y norteafricano de plantas perennes, bulbosas en la familia de los lirios



72%

Tambar hierba

Una planta que habitualmente se desprende de sus raíces en el otoño.



86%

Vara de oro (Solidago virgaurea)

Solidago virgaurea es una planta herbácea perenne de la familia Asteraceae



33%

Zarzamora

Fruta comestible. A menudo púrpura-negro



47%

Deficiencias nutricionales

Estos elementos se muestran como faltantes en su muestra, y por lo tanto la dieta. Analizamos todas las muestras de cabello contra la lista completa de 80 artículos de nutrición, y todo lo que se menciona en este informe tiene un nivel de deficiencia nutricional inferior al 15%

Simplemente debe probar y agregar uno o dos de los alimentos recomendados a su dieta cada día. Aunque puede ser más fácil usar un suplemento vitamínico, siempre es mejor obtener sus nutrientes de una fuente fresca, ya que esto ingresará a su cuerpo mucho más rápido. La información nutricional que se encuentra al lado de cada nutriente es importante, ya que una dieta bien balanceada junto con un estilo de vida saludable puede estimular el sistema inmunológico y también reducir sus niveles de intolerancia. Los nutrientes que se han destacado como deficientes en su sistema pueden mejorarse fácilmente.

Ácido docosahexaenoico

Admite el corazón y el sistema circulatorio. Se puede encontrar en salmón, sardinas y huevos.

● 62%

Ácido fólico

Admite numerosas áreas del cuerpo, incluidos los huesos, los dientes, el sistema cardiovascular y el corazón. Las fuentes incluyen aguacate, frijoles, carne de res, coliflor, dátiles, lentejas, frambuesas y trigo

● 81%

Betacaroteno

Admite el sistema inmune y los ojos Buenas fuentes incluyen espárragos, brócoli, zanahorias y boniato

● 0%

Carotenoides

Admite la salud ocular Buenas fuentes incluyen calabaza, mango, zanahorias, calabaza y tomate

● 90%

Creatina

Puede ayudar con el colesterol alto. Las fuentes incluyen atún y salmón.

● 27%

Fitoesteroles

Fuentes: amaranto, frijoles, batata y frijoles de soya.

● 76%

Inositol

Ayuda a cuidar el cabello y ayuda al crecimiento del cabello. Se puede encontrar en alimentos y leche ricos en fibra

● 17%

Omega 6

Un ácido graso esencial que se encuentra en las aves de corral, huevos, semillas de sésamo, cereales y la mayoría de los aceites vegetales.

● 0%

Piridoxina

Apoya el cerebro y el sistema nervioso Las fuentes incluyen aguacate, plátanos, frijoles, arroz integral, repollo, semillas de girasol y espinacas

● 0%

Potasio

Fuentes - aguacate, espinacas, batatas, yogur, frijoles blancos, plátano, albaricoques secos, champiñones, almendras, remolacha, maní, brócoli, escamas de arroz integral - debilidad, fatiga, convulsiones en el brazo y los músculos de las piernas, hormigueo o entumecimiento

● 37%

Sulforafano

Admite el corazón y el sistema cardiovascular, que se encuentran en el brócoli, las coles de Bruselas y el repollo.

● 83%

Yodo

Fuentes alimenticias - Yogur, Kelp, Kombu, frijoles de la marina, fresas y patatas. Mientras que su cuerpo sólo necesita una pequeña cantidad de yodo, no conseguir lo suficiente puede conducir a deterioro del desarrollo físico y mental en los niños, y el desarrollo pobre de la tiroides

● 38%

Ácido alfa lipoico

Un antioxidante usado para ayudar con la diabetes Buenas fuentes incluyen levadura, espinaca, brócoli y patatas

● 79%

Ácido eicosapentaenoico

Admite los riñones, los pulmones y el sistema esquelético. La mejor fuente se cree que son las sardinas.

● 68%

Ácido elágico

Se encuentra en muchas frutas y algunas nueces. Algunas fuentes son manzana, moras, uvas, pacanas y nueces.

● 12%

Acido fórmico

El ácido fórmico posee propiedades anti-bacterianas y, por lo tanto, este producto químico nos ofrece una variedad de beneficios para la salud. Aparte de combatir las infecciones bacterianas en nuestro sistema respiratorio y digestivo, el ácido fórmico también es beneficioso para combatir estos microbios en otros sistemas de nuestro cuerpo.

● 27%

Ácido gálico

Buenas fuentes incluyen semillas de lino y berros.

● 0%

Acido láctico

Situado en los productos lácteos ácidos, como koumiss, Laban, yogur, kéfir, queso hecho en casa. Beneficios - valor nutricional mejorado de los alimentos, control de infecciones intestinales y mejor digestión de la lactosa

● 0%

Acido nicotínico

vitamina del complejo B, que se encuentra ampliamente distribuido en los alimentos, tales como leche, carne de germen de trigo y. Reduce el riesgo de enfermedades cardiovasculares. También ayuda a equilibrar los niveles de colesterol y triglicéridos, vitamina B3.

● 76%

Acido nucleico

Encuentran en el pescado, los frijoles, nueces, szpinakach, carne, setas y huevos, levadura de cerveza

● 12%

Acido oxálico

Encontrado en la soja, patatas dulces, té negro, arándanos y otras hojas de color verde oscuro. Es importante para la salud del colon

● 7%

Acido salicílico

Tales como verduras, frutas y nueces. Beneficios para la salud del ácido salicílico para el tratamiento del acné son significativos

● 48%

Acido tartárico

El ácido orgánico cristalino blanco que se produce naturalmente en muchas plantas, en particular de la uva.

● 83%

Acido úrico

Se produce en anchoas, arenque, sardinas, mejillones, przegrzebkach, trucha, łupaczach, la caballa y el atún.

● 56%

Acidófilo

Fuentes - Miso, Tempeh, Yogurt, Kefir, Wheatgrass, Cebolla, Tomate, Plátano, Ajo. Signos de deficiencia - SII, mal aliento, flatulencia, candida

● 32%

Ácidos pantoténicos

Puede ayudar a la ansiedad, la artritis y el estrés. También puede apoyar el sistema inmune y el tracto gastrointestinal Las fuentes incluyen frijoles, melaza, champiñones, pollo, melón dulce, chirivía, camote y yogur.

● 72%

Antocianidinas

Anti-oxidante que se encuentra en frutas / verduras rojas / moradas. Ayuda con numerosas áreas del cuerpo, incluida la vista y el sistema nervioso.

● 45%

Betaina

Apoya el corazón, el sistema digestivo y el hígado Buenas fuentes incluyen remolachas, brócoli, espinacas y granos

● 9%

Biotina

Fuentes - Almendras, Alcachofa, Aguacate, Plátano, Black Eyed Peas, Nueces de Brasil, Cebolla, Cacahuets, Pacanas, Frambuesas, Soja, Fresas, Camote Signos de deficiencia - Pérdida del cabello, Piel escamosa seca, Craqueo en el rincón de la boca

● 10%

Bromelina

Admite el sistema digestivo y la salud de la sangre. La piña es la mejor fuente.

● 75%

Calcio

Fuentes - Verduras frondosas oscuras, naranjas, brócoli, almendras, tofu, yogur bajo en grasa Signos de deficiencia - piel seca, pérdida de dientes, pelo seco y rajado

● 99%

Colina

La colina es un compuesto de tipo vitamínico con importantes funciones en la síntesis de neurotransmisores, la señalización de la membrana celular, el transporte de lípidos y el metabolismo del grupo metilo. Más importante aún, puede ayudar a disminuir la inflamación en el cuerpo y las enfermedades del corazón.

● 36%

Cromo

Fuentes - Pan, Arroz moreno, Carne, Brócoli, Setas, Judías verdes Signos de deficiencia - Ansiedad, bajos niveles de energía, fatiga crónica, debilidad muscular, cambios de humor

● 93%

Fibra

Apoya el sistema digestivo Se encuentra en artículos tales como frijoles, manzana, plátano, granos, garbanzos, coles de Bruselas y ciruelas pasas

● 15%

Folate

Una vitamina B que generalmente es compatible con el cuerpo. Se encuentra en muchos frijoles, nueces y verduras.

● 4%

Fósforo

Admite huesos, dientes, sistema esquelético, corazón y riñones. Las fuentes incluyen muchos tipos diferentes de legumbres, verduras, granos, pescado y fruta.

● 77%

Genistein

Buenas fuentes son los frijoles, las lentejas y las semillas de girasol.

● 46%

Germanio

Apoya el sistema inmune y las articulaciones Las fuentes son hongos shiitake y cebollas.

● 38%

Hierro

Fuentes - Verduras frondosas oscuras, frijoles, aceitunas, frijoles de la marina, habas de riñón, habas negras, habas del pinto, tofu, calabaza Signos de deficiencia - Fatiga general, debilidad, piel pálida, dificultad para respirar, mareos

● 7%

Iso-Flavonoids

Se cree que ayuda al sistema endocrino y la fuente principal es la soja.

● 19%

L-Carnitine

Fuentes: espárragos, carne de res, pescado, cordero, mantequilla de maní, aves de corral, carne roja, trigo. Signos de deficiencia: hipoglucemia, debilidad del músculo esquelético.

● 56%

Lecitina

Fuentes - Huevos, Frijoles de Soja, Riñón, Hígado, Cereales integrales, Leche Signos de deficiencia - Bajos niveles de energía, pérdida de memoria, dolores musculares, daño nervioso, cambios de humor

● 16%

Lignan

Se encuentra en almendras, cebada, frijoles, semillas de lino y champiñones.

● 39%

Luteína

Admite los ojos y se encuentra en muchas verduras: col china, repollo, coliflor, puerros, rábanos y espinacas.

● 45%

Lycopene

Admite los ojos y se puede encontrar en albaricoques, zanahorias, pomelos y ciruelas

● 53%

Magnesio

Fuentes - Aceitunas, cebolla, chirivía, melocotón, maní, pera, guisantes, nueces de pacana, piñones, piña, pistacho y hojas verdes oscuras Signos de deficiencia - Calambres musculares, temblores, náuseas, ansiedad, presión arterial alta

● 70%

Manganeso










Fuentes - Almendras, albaricoques, cohetes, avena, aceitunas, naranjas, plátano, aguacate, espárragos, remolacha Signos de deficiencia - Desmayos, Pérdida de calorías, Tendones débiles. Es importante en la formación de huesos, tejidos conectivos, factores de coagulación de la sangre y hormonas sexuales, y también está implicado en el metabolismo de grasas y carbohidratos, la absorción de calcio y la regulación del azúcar en la sangre.

● 21%

Melatonina

Es una hormona que es producida por la glándula pineal en animales y regula el sueño y la vigilia

● 55%

EasyDNA Example Test	Your Test:	12/11/2019	Ref:	14738
Molibdeno Fuentes - Lentejas, guisantes secos, frijoles, habas de soja, frijoles pintos, frijoles negros, avena, tomate, lechuga romana, pepino, apio, cebada, huevos, zanahoria, pimientos Signos de deficiencia - Dolores de cabeza, ceguera nocturna. Protege las células y crea energía para ayudar a los órganos vitales a deshacerse de los desechos				1%
Niacina Puede ayudar con el colesterol alto y el letargo Fuentes: alcachofa, carne de res, champiñones, pollo, dátiles, berenjena, chirivía, maní y semillas de sésamo.				96%
Omega 3 Un ácido graso que ayuda a mantener los niveles sanguíneos estables y ayuda a aliviar la rigidez / dolor en las articulaciones				91%
Polifenoles Potente anti-oxidante pensado para ayudar con la inflamación. Las fuentes incluyen clavo de olor, anís estrellado, chocolate amargo y semillas de lino.				49%
Pro-antocianidinas Anti-oxidante conocido para ayudar a proteger contra la enfermedad cardíaca Las fuentes incluyen moras, arándanos, cerezas y uvas.				7%
Saponinas Se cree que ayuda a reducir el colesterol y reducir el riesgo de enfermedades del corazón Principalmente se encuentra en la soja y el tofu.				7%
Selenio Fuentes - Atún, camarones, sardinas, salmón, bacalao, espárragos, pavo, pollo, cordero, vieiras, ternera, cebada, tofu, arroz integral, semillas de girasol, semillas de sésamo Signos de deficiencia - Pérdida de cabello, Descoloración de las uñas. Se cree que el selenio puede beneficiar a la salud del corazón una vez más, por su capacidad para combatir la inflamación, aumentar el flujo sanguíneo, reducir el estrés oxidativo de los radicales libres y ayudar con la actividad antioxidante				19%
Silice Fuentes - Grano entero, pasta, arroz integral, plátano, mango, judías verdes, espinacas, fresas Signos de deficiencia - Piel seca, Endurecimiento de las arterias, Dolores de estómago, Dientes débiles y encías				14%
Sodio El sodio natural se encuentra en alimentos como apio, remolacha y leche				3%
Tannins Supports the skin Found in carob, cranberries and rhubarb.				31%
Vit. B2 Fuentes - Espinacas, champiñones crimini, espárragos, verduras de mar, huevos, leche de vaca, brócoli, acelga, judías verdes, col rizada, pimientos, judías de soja Signos de deficiencia - Lento metabolismo, Úlceras en la boca o los labios, Inflamación de la piel, Dolor de garganta				74%
Vit. C Fuentes - papaya, pimientos, brócoli, coles de Bruselas, fresas, piña, naranja, kiwi, cantalupo, coliflor, col, repollo, bok choy, pomelo, perejil, frambuesas, acelga Signos de deficiencia - Cansancio, Debilidad, Dolores musculares y articulares, Manchas que parecen moretones azules rojos en la piel, Piel seca				6%
Vitamin A Fuentes - Albaricoque, Brócoli, Coles de Bruselas, Calabaza Butternut, Melón Cantaloupe, Zanahorias, Chiles y hojas verdes oscuras Signos de deficiencia - Visión nocturna deficiente, Ojos nublados y secos, Piel gruesa y erupciones cutáneas				67%
Vitamin B1 Fuentes -Spargel, semillas de girasol, guisantes verdes, linaza, col rosada, espinaca, col, berenjena, lechuga romana, judías blancas, frijoles negros, cebada, lentejas Síntomas - dolor de cabeza, náuseas, fatiga, ligera irritación				16%
Vitamin D Fuentes - Salmón, sardinas, leche de vaca, atún, huevos, champiñones shiitake, champiñones, semillas de girasol, batata, fechas Signos de deficiencia - Dificultad para pensar con claridad, Dolor en los huesos, Debilidad muscular, Fatiga inexplicable				0%

Vitamin K

Fuentes - Kale, espinaca, perejil, brócoli, coles de Bruselas, lechuga romana, espárragos, albahaca, col, apio, kiwi, puerros, cilantro, salvia, judías verdes, coliflor, pepino
Signos de deficiencia - Caries dental, Huesos debilitados, Sangrado y moretones fácilmente

● 47%

Vitamina B12

Ayuda a mantener los niveles de energía. Fuentes; huevos, leche de vaca, leche de almendras, leche de coco, pescado y carne.

● 71%

Vitamina B3

Fuentes - Atún, pollo, pavo, salmón, cordero, ternera, espárragos, tomate, pimientos, sardinas, camarones, arroz integral, camote, semillas de girasol, cebada, guisantes
Signos de deficiencia - Indigestión, Fatiga, Vómitos, Depresión

● 48%

Vitamina e

Fuentes - Almendras, Semillas, Espinacas, Kale y Aceites vegetales
Signos de deficiencia - Debilidad muscular, falta de coordinación

● 16%

Vitamina. B5

Fuentes - Coliflor, camote, brócoli, hojas de remolacha, espárragos, pimientos, pepino, apio, aguacate, lentejas, pollo, pavo, yogur, salmón
Signos de deficiencia - Fatiga, Depresión, Irritabilidad, Insomnio, Dolor de estómago

● 21%

Vitamina. B6

Las fuentes más ricas de vitamina B6 incluyen pescado, hígado de res y otras carnes de órganos, patatas y otras hortalizas con almidón, y frutas (excepto los cítricos). Juega un papel importante en la conversión de los alimentos en energía y ayudar al metabolismo del cuerpo grasas y proteínas

● 21%

Resultados de toxicidad de metales

Estos son los metales pesados a los que has mostrado sensibilidad después de estar expuesto. Lo importante a tener en cuenta es que no necesita entrar en pánico, hay algunos pasos simples que debe seguir para administrar estos resultados en consecuencia.

En primer lugar, observe las áreas en las que podría exponerse a estos metales. Podría estar en su entorno de trabajo, ya que este es un lugar al que asiste con frecuencia. En segundo lugar, también deberá observar su dieta y ver si hay un grupo de alimentos que consuma regularmente que contengan altos niveles de estos metales en particular.

Si descubre que cuando está cerca de un metal en particular comienza a experimentar algún síntoma (como picazón, hinchazón, náuseas, dolores de cabeza, etc.), sabrá que es este metal en particular el que lo está haciendo reaccionar. Me gusta esto. Cuanto más graves sean los síntomas, más acción deberá tomar para reducir su exposición a este metal.

Aluminio

Un metal plateado ligero usado para las latas, las hojas, los utensilios de cocina, los marcos de ventana, los barriles de cerveza

● 58%

Berilio (Be)

Una aleación utilizada para resortes, contactos eléctricos, electrodos de soldadura por puntos

● 17%

Bismuto (Bi)

Un metal quebradizo, usualmente mezclado con otros metales

● 77%

Cadmio (Cd)

Un metal venenoso, se puede utilizar en baterías recargables

● 26%

Cinc

Utilizado en aleaciones tales como latón, níquel o plata. El óxido de zinc es ampliamente utilizado en productos como pinturas, caucho, cosméticos, productos farmacéuticos, plásticos y jabones.

● 86%

Cobalto (Co)

El cobalto se utiliza para hacer herramientas de corte de alta velocidad y alta temperatura y tintes - es una aleación

● 41%

Cobre

Debido a que es un buen conductor de electricidad, el cobre se utiliza principalmente en generadores y motores eléctricos

● 41%

Estaño (de los alimentos conservados)

Usualmente combinado con acero o aluminio para crear almacenamiento para alimentos

● 95%

Hierro (Fe)

Utilizado en la industria de la construcción: el elemento más común en la tierra

● 33%

Manganesio (Mn)

Utilizado en latas de bebidas

● 15%

Mercurio (Hg)

Se utiliza comúnmente en baterías, luces fluorescentes, producción de fieltro, termómetros y barómetros

● 42%

Níquel (Ni)

Aleación, utilizada para la producción de acero inoxidable.

● 28%

Oro

En su forma más pura, es un metal brillante, ligeramente rojizo amarillo, denso, suave, maleable y dúctil

● 38%

Plata

Utilizado para la joyería y los cubiertos tradicionales

● 41%

Platino

El platino se utiliza en la joyería, la decoración y el trabajo dental

● 43%

Plomo (Pb)

El uso comercial más importante del plomo se encuentra en la fabricación de acumuladores de plomo-ácido

● 48%

Rodio (Rh)

Resistencia dura y corrosiva, utilizada en devanados y electrodos

● 95%

Titanio (Ti)

El titanio es tan fuerte como el acero pero mucho menos denso. Se utiliza como metal de aleación.

● 72%

Vanadio (V)

Utilizado como metal de aleación

● 41%

Wolframio (W)

Utilizado para hacer balas y palas de turbina

● 44%

Prueba de bioma intestinal

Estas son las bacterias buenas que se encuentran dentro de su microbioma intestinal. Estas bacterias pueden afectar su salud, minimizar enfermedades y sintetizar vitaminas dependiendo de los diferentes niveles. Las vitaminas no solo se obtienen a través de los alimentos, sino que también se producen en el intestino a través de las bacterias.

Todos los artículos en esta lista son 85% o más. Se recomienda aumentar los niveles consumiendo los artículos enumerados, de manera similar a las deficiencias nutricionales descritas en la prueba anterior.

Acidophilus Bifidus

Produce ácido láctico y peróxido de hidrógeno. Reduce el colesterol previene el crecimiento de levaduras hostiles. Limpia el torrente sanguíneo eliminando toxinas y estimulando el sistema inmunológico. Fuentes: Granos integrales como la avena y la cebada. Alimentos fermentados como el yogur y el kimchi.

● 47%

Bacillus Coagulans

Útil en el tratamiento de trastornos gastrointestinales, como la diarrea. Fuentes: alimentos fermentados como chucrut, kimchi y yogur.

● 49%

Bifidobacterium Bifidum

Se utiliza para reparar las úlceras estomacales y ayuda a detener el estreñimiento. Fuentes: Granos integrales como la avena y la cebada. Alimentos fermentados como el yogur y el kimchi.

● 36%

Lactobacillus Reuteri

Fortalece los senos intestinos y ayuda a combatir la inflamación. Fuentes: Productos lácteos como el yogur y el queso.

● 80%

Streptococcus Thermophilus

Ayuda a prevenir la diarrea al mantener la salud del sistema digestivo.

● 49%

Desequilibrio hormonal

La prueba de su muestra de cabello puede mostrar cualquier desequilibrio hormonal que esté actualmente presente en su cuerpo. No todos tienen un desequilibrio, así que no se preocupe si aquí solo se presenta una pequeña cantidad de resultados.

Estos desequilibrios pueden ser causados por una gran cantidad de factores, entre ellos: estrés, tiroides hiperactiva / inactiva, mala alimentación, sobrepeso, medicamentos, intolerancias alimentarias, quimioterapia, pubertad, menstruación, embarazo y menopausia.

Todos los artículos enumerados aquí muestran un desequilibrio y pueden aliviarse con remedios naturales como: mantener un peso corporal saludable, hacer ejercicio y reducir el estrés.

estradiol

Esta es una hormona esteroide hecha de colesterol y es la más fuerte de los tres estrógenos producidos naturalmente. Está involucrado en la regulación de los ciclos reproductivos femeninos o estroestinosos.

● 40%

Hormona estimulante de la tiroides

Hormona estimulante de la tiroides La hormona estimulante de la tiroides es producida por la glándula pituitaria. Su función es regular la producción de hormonas por la glándula tiroides.

● 16%

Triyodotironina (T3)

La triyodotironina es una hormona tiroidea que desempeña funciones vitales en la tasa metabólica del cuerpo, las funciones cardíacas y digestivas, el control muscular, el desarrollo y la función cerebral y el mantenimiento de los huesos.

● 38%

Salud Digestiva y Análisis Metabolismo

Nuestros cuerpos son muy buenos para autorregular las enzimas utilizadas en la digestión; sin embargo, cuando estamos enfermos o estamos regularmente rodeados de intolerancias alimentarias y no alimentarias, podemos desequilibrarnos. Esto puede afectar nuestro metabolismo y nuestro peso al hacer que almacene mayores niveles de grasa o al almacenar menos elementos, lo que causa una menor absorción de vitaminas y minerales.

Hemos probado su muestra contra una variedad de enzimas y proteínas para verificar los niveles en su sistema. Todo lo que se muestra a continuación está actualmente desequilibrado y afectará negativamente su salud digestiva. El ejercicio, una dieta saludable y vivir en un ambiente de estrés reducido lo ayudarán a autorregularse nuevamente.

Si no se informan resultados en esta sección de su prueba, no se preocupe, significa que no hemos identificado deficiencias o intolerancias en nuestro análisis.

Amilasa

La amilasa descompone los carbohidratos (almidones) en azúcares más simples. Los niveles irregulares pueden afectar el páncreas.



0%

Enterocinasa

La enterocinasa es una proteasa específica de secuencia que se encuentra en el tracto intestinal.



0%

Lipasa

La lipasa, junto con la bilis de la vesícula biliar, descompone las grasas en glicerol y ácidos grasos.



71%

Pepsina

Las sales biliares aumentan durante el embarazo, y en otros momentos de estrés corporal extremo. Afecta al hígado y niveles irregulares pueden causar concentraciones de ácidos biliares.



22%

Sales biliares

Las sales biliares aumentan durante el embarazo, y en otros momentos de estrés corporal extremo. Afecta al hígado y niveles irregulares pueden causar concentraciones de ácidos biliares.



0%

Tripsina y quimotripsina

Estas dos son enzimas proteolíticas. Su trabajo es digerir proteínas en el intestino delgado.



0%

Qué hago ahora ...?

- No te asustes:

La lista que acaba de leer puede parecer desalentadora, pero no entre en pánico. Puede haber algunos artículos que nunca has comido o contactado, pero esto es bastante normal. Por otro lado, probablemente hay suficientes artículos en la lista que coma o contacte regularmente. Estos son los que usted tendrá que centrarse en la eliminación de su dieta y el medio ambiente.

- ¿Qué significan los resultados de mi prueba?

Todos los resultados mostrados tienen un nivel de intolerancia de 85% o más y le darán reacciones de alguna manera, pequeñas o grandes. Las intolerancias pueden cambiar dependiendo de su dieta y el medio ambiente, lo que significa que nunca ha tenido problemas con él antes de que pueda estar causando síntomas. Esto se debe a que cuando come algo o entra en contacto con él, su cuerpo trata de asimilarlo. Si su sistema inmune es bajo o si usted tiene demasiado de él, entonces su cuerpo luchará con esto y usted sufrirá con diversos síntomas. Esto es ahora una intolerancia.

- ¿Qué debería hacer ahora?

Los alimentos y los artículos que han demostrado intolerancia necesitan ser sacados de su dieta. Se recomienda retirarlos durante al menos dos semanas, pero preferiblemente cuatro para obtener el mayor beneficio de su informe. Usted debe intentar eliminarlos todos al mismo tiempo y aunque entendemos que esto puede ser difícil cuando es algo que usted come sobre una base regular, cuanto antes los elimine, cuanto antes usted verá resultados.

Después del período de eliminación que ha terminado, entonces usted necesita para tratar de agregar los artículos de nuevo en su dieta. Es importante que usted haga este artículo a la vez, porque las intolerancias no aparecen inmediatamente, así que puede ser algunas horas antes de que vea cualquier síntoma. La mejor manera de hacer esto es mantener un diario, por lo que sabes cuando has comido los artículos. Si usted sufre de algunos síntomas, entonces esto significa que usted tiene una fuerte intolerancia a este problema y tendrá que evitarlo durante otras dos semanas. Nos damos cuenta de que esto puede parecer tedioso, pero puede asegurarse de que es la mejor manera de entender qué elementos son todavía intolerantes. La mayoría de las veces, no desaparecerá, pero no sucederá si no quieres aceptar algo en el cuerpo y esto se convertirá en una intolerancia para toda la vida. Aunque esto puede parecer difícil de tratar, es algo que se acostumbrará a bastante rápidamente, especialmente si usted no está sufriendo de los síntomas asociados ya.

- ¿Qué pasa con mis mascotas?

Si usted tiene animales domésticos y ha demostrado una intolerancia al pelo del perro o del gato entonces no desespere. Esto simplemente significa que usted necesita ser más consciente de donde su mascota va en su hogar. Trate de limitar su estancia a los dormitorios y mantenerlos ordenados para evitar el exceso de cabello y la caspa en su piso y muebles blandos.

* Tenga en cuenta *

La información proporcionada en este informe no debe utilizarse como una herramienta de diagnóstico, es una guía para sus intolerancias y la falta de nutrientes de la muestra de pelo que produjo en la fecha dada. Cualquier cambio importante en su dieta debe ser supervisado por su médico