

## **EPIGENÉTICA 2 - O QUE PODE MELHORAR OU PIORAR SUA CONDIÇÃO DE SAÚDE... OS MARCADORES**

Todas as células do seu corpo estão conversando com muitas outras células por meio de mensagens genéticas, e você precisa fazer parte da conversa. Deepak Chopra MD e Rodolph Tanzi, PhD

### **SEUS MARCADORES**

- 1) Os marcadores epigenéticos podem ser adquiridos ou herdados;
- 2) Caracterização dos marcadores: a) localização: pode estar localizado nos órgãos, glândulas endócrinas, partes do corpo e dentro das células (mitocôndrias); b) tipo do marcador epigenético; c) O que levou a criação do marcador; d) direção: adicionar ou remover o marcador;
- 3) Atualização do marcador;

### **TIPOS DE MARCADORES**

- 1) **MetilDNA**: remodelador da cromatina;
  - a) Marcador ligado: o grupo metil ligado em C(itosina) no de DNA envolve a cromatina, de modo que o gene fica invisível para a célula e, portanto, a desativa.
  - b) Marcador desligado: Remoção do marcador metilDNA, abre a cromatina que torna possível a transcrição.
- 2) **Código Histona**: remodelador da cromatina;

As etiquetas químicas nas histonas que envolvem o DNA podem silenciar ou ativar genes;

A histona pode estar em silêncio ou ativar os genes
- 3) **Transcricional**

Uma vez que a cromatina é aberta, a proteína do fator de transcrição (TFs) se liga sozinha ou em grupos em pontos específicos no DNA para ativar, desativar, aumentar ou diminuir atividade dos genes;
- 4) **Interferência do RNA** - ncRNA (RNA não combinante):
  - miRNA: microRNAs interferem na tradução do RNA mensageiro;
  - siRNA: pequenos interferentes no RNAs;
  - lncRNA: longos interferentes no RNAs;

### **A HISTÓRIA QUE CRIOU O MARCADOR**

Os marcadores podem ser criados para lidar com a presença de micróbios, alérgenos, toxinas, produtos farmacêuticos, dieta (insuficiência ou excesso de alimentos ou nutrientes), exercício ou falta dele, estresse e seus hormônios associados, ou fluxos de qualquer hormônio ou neurotransmissor.

Os traumas e as situações difíceis em que vivemos, pode criar marcadores epigenéticos, talvez devido aos neuropeptídeos emocionais.

**você está pronto para o bem-estar radical, ou seja, a melhora acentuada de sua saúde!**

#### **IMPORTANTE**

AS DÚVIDAS E PERGUNTAS DEVERÃO SER LEVADAS AO SEU ESPECIALISTA PARA ESCLARECIMENTO.  
As informações disponíveis no site [www.bodytalklondrina.com.br](http://www.bodytalklondrina.com.br) possui caráter informativo e educativo.

*Dr. Luiz Carlos Bertoni*