



GeneFood: alimente seus genes para viver mais e melhor

*Uma abordagem simplificada da Modulação
Epigenética e da Nutrição de Precisão*

AULA INTRODUTÓRIA 04

Quem é Isabela Stoop? (2)

O que é Engenharia Aplicada ao Tempo de Vida Saudável?

🏠 **Rejuvenation Research** > Vol. 13, No. 2-3

Research Article |  **NO ACCESS** | Published Online: 12 May 2010

Applied Healthspan Engineering

Authors: James W. Larrick and Andrew Mendelsohn | [AUTHORS INFO & AFFILIATIONS](#)

Publication: Rejuvenation Research • <https://doi.org/10.1089/rej.2009.0969>

📈 222 / 6

 [Permissions & Citations](#)   [GET AC](#)

Abstract

According to the Homeric Hymn to Aphrodite, when Eos asked Zeus for Tithonus to be granted immortality, she forgot to ask for eternal youth. Applied Healthspan Engineering (AHE) seeks to address this problem. All organisms have a minimal level of

Por que Engenharia?

Lifespan x Healthspan



A HEALTHSPAN COMPANY



ages

BIOACTIVE COMPOUNDS

A união entre natureza, ciência e tecnologia
para trazer mais vida aos futuros anos de vida de todos.



← → ↻ 🌐 agesbioactive.com/sobre-nos/ ☆ 📷 🗂️ 🌐

 Sobre Nós Atuação Produtos Área Profissional Onde Comprar Blog 🔍

A AGES

Sobre Nós

NOSSA ORIGEM →

QUEM SOMOS ↓

O QUE FAZEMOS ↓

NOSSO PROPÓSITO ↓

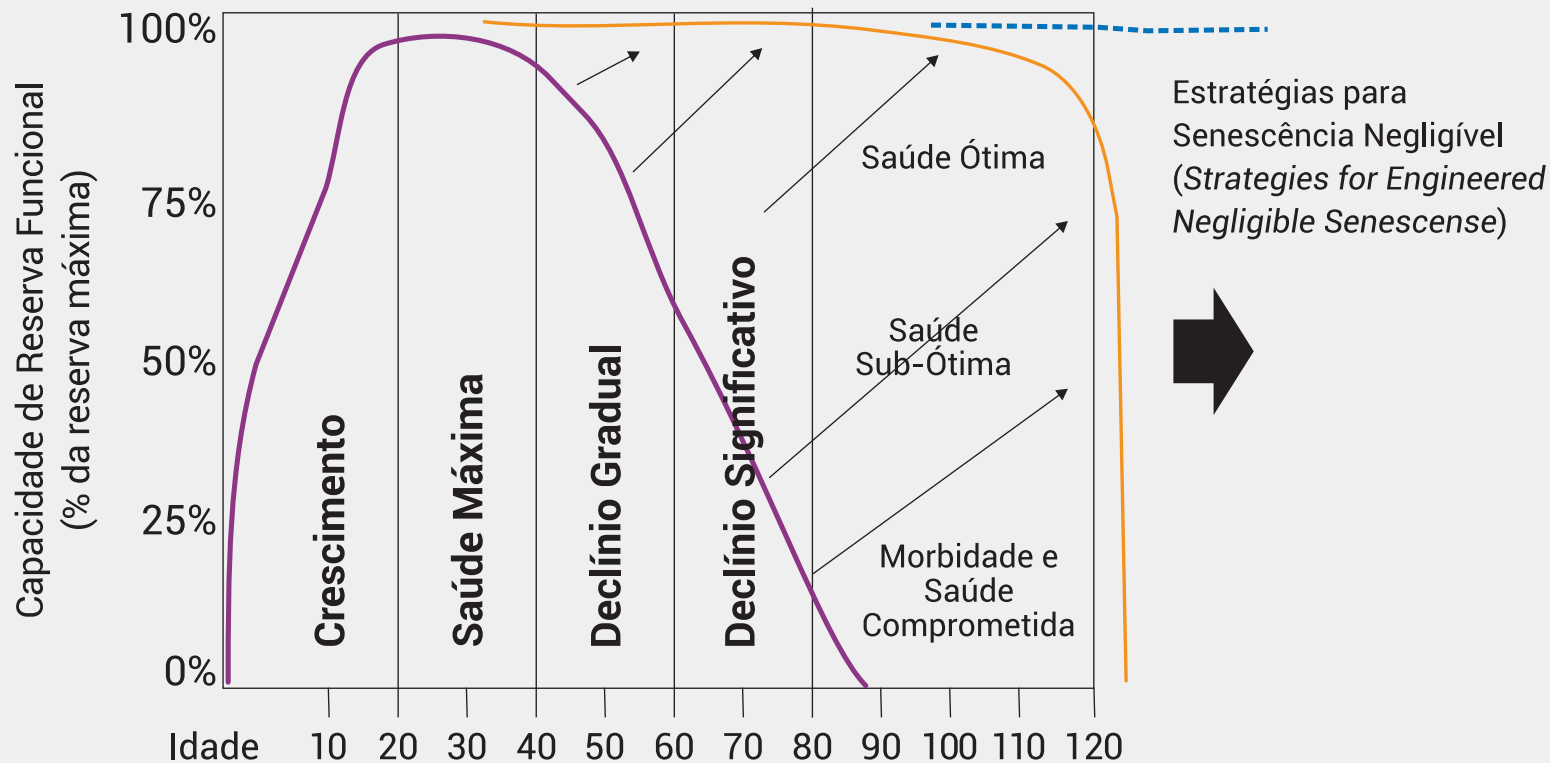
DIRETO DA NATUREZA PARA O MERCADO MAGISTRAL

A primeira empresa focada em healthspan do Brasil, com um ecossistema completamente interligado, que pesquisa, desenvolve e comercializa os próprios compostos bioativos, sem intermediários, nem distribuidores e traz as moléculas direto da natureza para o mercado magistral.

According to the Homeric Hymn to Aphrodite, when Eos asked Zeus for Tithonus to be granted immortality, she forgot to ask for eternal youth. Applied Healthspan Engineering (AHE) seeks to address this problem. All organisms have a minimal level of functional reserve required to sustain life that eventually declines to a point incompatible with survival at death. AHE seeks to **maintain** or restore optimal functional reserve of critical tissues and organs. Tissue reserve correlates with well being. Diet, physical exercise, and currently available small-molecule-based therapeutics may attenuate the rate of decline of specific organs or organ systems, but are unlikely to restore lost reserve. Inherent evolutionary-derived limitations in tissue homeostasis and cell

Manter ou restaurar a reserva funcional ótima de órgãos e tecidos críticos.

CURVA DO TEMPO DE VIDA SAUDÁVEL (HEALTHSPAN CURVE)



"Você pode viver feliz sem - nós não estamos falando de felicidade - mas, para vencer as **limitações** inerentes ao processo de envelhecimento da espécie humana, nós precisamos do uso de suplementos."

Pequenos **ajustes** podem
ter grandes repercussões.

O que é Otimização da Saúde?

Medicina dos 5P`s

Mais Preventiva

Mais **Preditiva**

Mais Personalizada

Mais Pró-ativa

Mais Participativa



De prevenção de doenças
à **manutenção** da saúde.

Eu não preciso abordar prevenção de câncer, de Alzheimer, de osteoporose ou de qualquer outra doença com diagnóstico estabelecido: focando na manutenção da saúde, naturalmente estou **reduzindo o risco** da manifestação de doenças.

Na aula gravada, usei a expressão “evitando a manifestação das doenças”. A forma mais precisa seria “**atuando para reduzir o risco de que as doenças se manifestem**”. Podemos diminuir riscos, mas não garantir que uma doença não ocorrerá.



Commentary

DOI: <https://doi.org/10.36502/2020/ASJBCCR.6191>

Working on Health Optimization: A Major Goal for Health Maintenance

David IMB^{1*}

Trabalhando para a otimização da saúde: uma meta essencial para manutenção da saúde

¹Clinical Nutrition Practitioner, Post-Graduate Program in Health Sciences, [Universidade do Sul de Santa Catarina](#), Av. Pedra Branca, Brazil

Corresponding Author: **Isabela M. B. David, MD**

Address: Clinical Nutrition Practitioner, Post-Graduate Program in Health Sciences, [Universidade do Sul de Santa Catarina](#), Av. Pedra Branca, 25. Palhoça SC, 88137-270, Brazil; E-mail: contato.isabeladavid@gmail.com

Received date: 01 February 2020; **Accepted date:** 26 March 2020; **Published date:** 06 April 2020

Citation: David IMB. Working on Health Optimization: A Major Goal for Health Maintenance. Asp Biomed Clin Case Rep. 2020 Apr 6;3(1):87-89.

Copyright © 2020 David IMB. This is an open-access article distributed under the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium provided the original work is properly cited.

Inovação, Tecnologia e Cuidado em Medicina - Singapura (2026)

O que é Medicina de Precisão?

Medicina de Precisão.
Nutrição de Precisão.
Suplementação de Precisão.



Toward **Precision** Medicine

Relatório do National Research Council - EUA - 2011

Em uma declaração à Nação em 2015, o Presidente Obama anunciou a **Precision Medicine Initiative**, uma iniciativa voltada para a Medicina de Precisão, fazendo referência ao relatório do National Research Council, de 2011.

Precision **Medicine** Initiative

State of the Union - Presidente Obama - EUA - 2015

Viewpoint

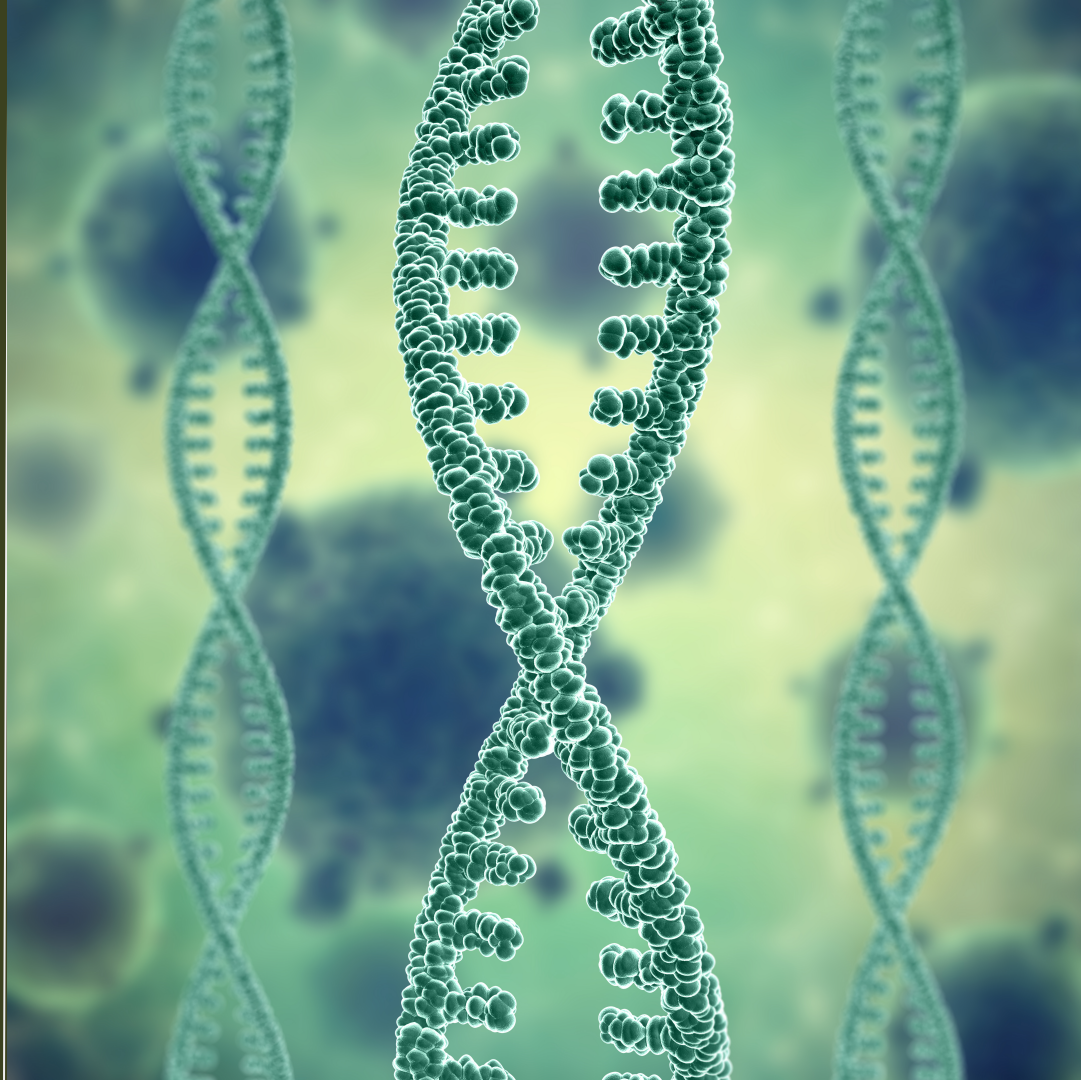
The Precision Medicine Initiative A New National Effort

Euan A. Ashley, MRCP, DPhil¹

» [Author Affiliations](#) | [Article Information](#)

≡ RELATED ARTICLES

The announcement by President Obama of a precision medicine initiative created excitement in the medical community. The president referred not to personalized medicine but to “precision medicine,” a term given profile by a recent publication from the National Research Council,¹ in which the authors explain that their use of “precision” was intended to avoid the implication that medications would be synthesized personally for single patients. Rather,

**Medicina Genômica:**

Estuda o que está escrito no seu genoma, ou seja, no seu material genético.

(sequenciamento do DNA, variantes genéticas, predisposições - dados "brutos")

Medicina Personalizada:

Estuda: Quem é você ?

(história clínica, estilo de vida, sintomas, emoções, ambiente)

Medicina de Precisão é a ciência que transforma as informações genômicas em **estratégias** — ou seja, a utilização de dados **genômicos** para orientar terapias e escolhas mais inteligentes, seguras e personalizadas.

Portanto, é uma ponte entre a medicina genômica e a medicina personalizada.

Case Report

ISSN: 2689-1077

Genetics & Molecular Medicine

Therapeutics for Health Maintenance: A New Paradigm

Isabela Machado Barbosa Stoop*

Clinical Nutrition Practitioner, University of Southern Santa Catarina, Pedra Branca, Brazil.

***Correspondence:**

Isabela Machado Barbosa Stoop, Clinical Nutrition Practitioner, University of Southern Santa Catarina, Pedra Branca, Brazil.

Received: 03 Jan 2025; **Accepted:** 02 Feb 2025; **Published:** 11 Feb 2025

Citation: Isabela Machado Barbosa Stoop. Therapeutics for Health Maintenance: A New Paradigm. Genet Mol Med. 2025; 6(1): 1-6.

For decades, laboratories worldwide have focused their efforts on driving discoveries and developing innovative treatments for various diseases. At first glance, discussing therapeutics for health maintenance might seem unconventional, misconceived, or even unreasonable. However, this article aims to highlight the vast potential of proactive health maintenance strategies, that is, steps

Within this framework, disease manifestations are not isolated events but, rather, can be compared to a spotlight on a specific set of signs and symptoms associated with a condition, while the rest of the body — a complex and interconnected system—remains under dim light, subtly influencing and being influenced by the broader physiological context.^{[1][2]}

À primeira vista, parece estranho dizer que vamos tratar a manutenção da saúde.

Mas, ao compreender que podemos atuar sobre nossas vulnerabilidades genéticas antes que as doenças se manifestem, estamos **cuidando dos nossos genes** para que se expressem da melhor maneira possível. Esta é uma mudança de paradigma.



Luz, energia, informação: uma cápsula para despertar o DNA de modo que ele possa cumprir o seu papel de proteger, restaurar, regenerar.

Neste caso, luz, energia e informação representam os estímulos ambientais e bioquímicos que **modulam** a expressão dos genes, permitindo que o organismo **ative** seus mecanismos de proteção, reparo e regeneração.

Assista a seguir a Aula Introdutória 5

O que é o Projeto Genefood?

Declaração de ausência de conflitos de interesse

GeneFood é um curso autoral, desenvolvido de forma independente, sem patrocínio ou vínculo com empresas.

Não há interesses financeiros, comerciais, institucionais ou pessoais relacionados aos temas, empresas ou produtos mencionados no seu conteúdo. As menções têm finalidade exclusivamente didática.