



GeneFood: alimente seus genes para viver mais e melhor

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

AULA INTRODUTÓRIA 06

Para quem é este curso?

Este é um curso que integra nutrição, genética, epigenética e tecnologia de maneira prática e objetiva.

Voltado para médicos, nutricionistas, farmacêuticos, biomédicos e estudantes da Área da Saúde. Mas também tem um conteúdo de nível **básico** para o **público leigo** que se interesse em expandir o conhecimento.

Níveis:

GeneFood Despertar - Módulo 1 e 2

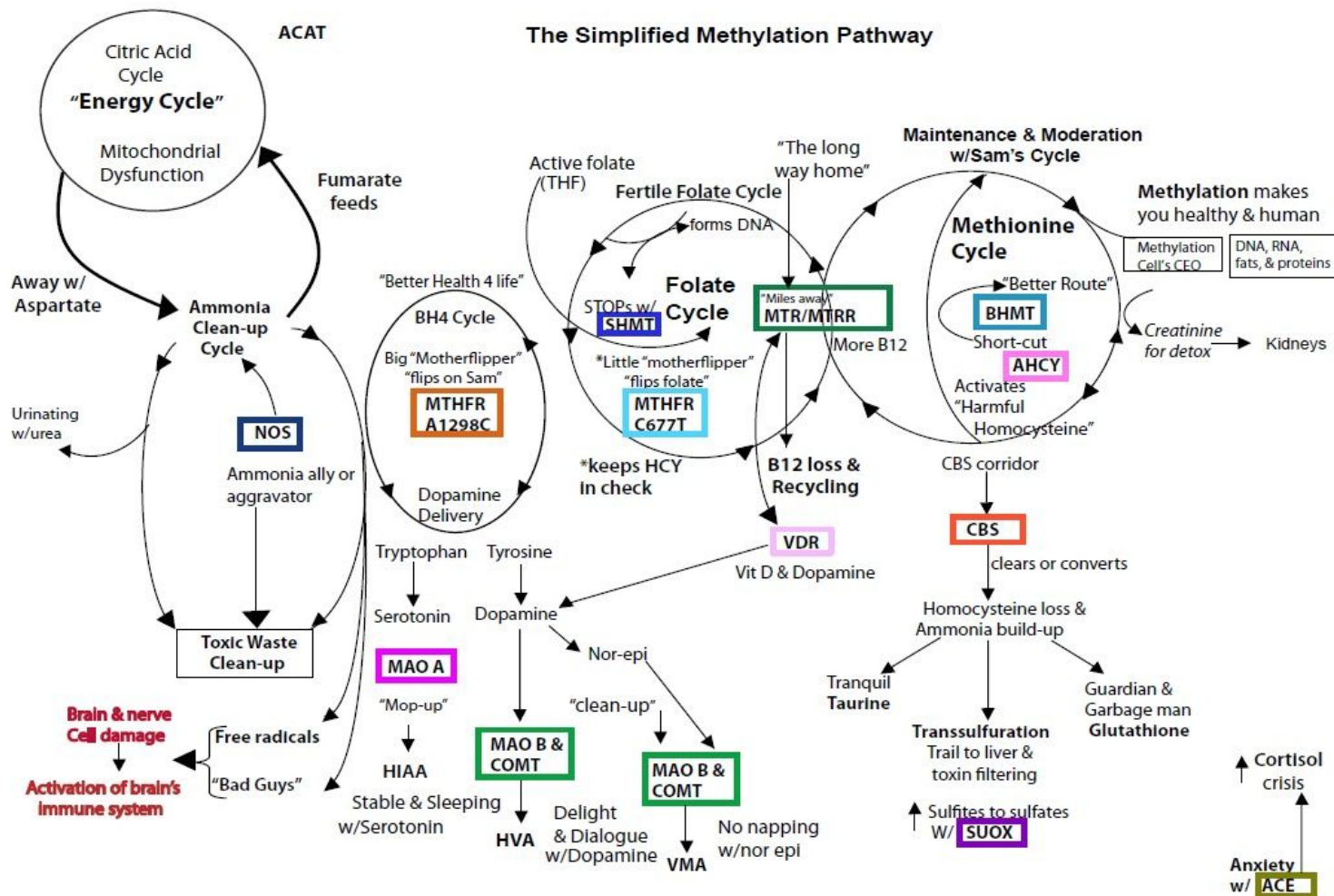
GeneFood Profissional - Módulo 3 e 4

GeneFood Avançado - Mentoria e Aplicativo GeneFood

As aulas introdutórias e o módulo final são gratuitos, de acesso geral.

O Projeto GeneFood almeja que todas as pessoas entendam melhor o que é **expressão genética**, de modo a traduzir as informações em mais vitalidade e bem-estar.

É muito complicado?



Adapted from the Neurological Research Institute's Diagram and simplified by April Ward-Hauge MS, NP

The Yasko Hypothesis of neurological & autoimmune disorders

Às vezes, parece. Mas você não precisa captar tudo, nem decorar nada. O mais importante é assistir às apresentações como se fosse a um filme, que provavelmente você precisará assistir mais de uma vez para entender bem.

Com o tempo você conseguirá visualizar que é muito mais simples do que parece, quando aprendemos a **orquestrar** os genes, identificando **padrões** (ciclos, ritmos, relações, repetições, tendências).

O Universo Conectado

O documentário *The Connected Universe*, do físico Nassim Haramein, propõe uma visão **integrada** da realidade, sugerindo que todos os sistemas — do nível subatômico ao cósmico — estão profundamente **interconectados**.



"E se você estivesse conectado a todas as pessoas do mundo? Como isso mudaria a sua vida? E se você pudesse ver os padrões sutis, enxergar a sua beleza?"



"Aprofunde suas conexões. Aprenda a ver o mundo de um novo modo."

A minha intenção com este curso é, comparativamente, mudar a sua **percepção** da vida a partir do entendimento da **epigenética**.

No contexto da Nutrição de Precisão,
para quem é este curso?

1	Para quem quer aprender genética aplicada de forma simples e objetiva.
2	Para quem quer aprender a usar a genética como ferramenta de decisão.
3	Para quem quer aprender a montar protocolos personalizados visando a manutenção da saúde.
4	Para quem quer conhecer o conceito de Sinfonia dos Genes — e simplificar a prescrição.
5	Para quem quer estar “ ahead of time ” e ser uma referência em Nutrição de Precisão .

Assista a seguir a Aula Introdutória 7

GeneFood Decode



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.