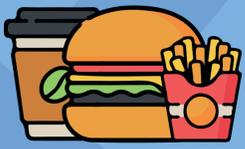


GENOTIPO AHORRADOR

¿QUÈ ES? Y POR QUÈ SURGE?

Es un **genotipo** que regula el uso de energía con el objetivo de la supervivencia del individuo. Esto se da por **la escasez de alimento** el cual se aplica a cualquier especie y se caracteriza por varias fases que incluyen malnutrición, emaciación y muerte.

FACTORES QUE FAVORECEN LA EXPRESIÓN



La aparición de comidas altas en grasa y azúcares como por ejemplo alimentos industrializados.



Reducción de actividad física es ocasionada gracias a que las personas pasan más tiempo con la tecnología ocasionando sedentarismo en las personas.



Un bajo nivel socioeconómico, no tener económicamente la accesibilidad a alimentos nutritivos y sean más accesibles alimentos industrializados.



Mecanización de las actividades del hogar por ejemplo el uso de la lavadora, aspiradora, secadora, etc. reduce las actividades hechas a mano.



Incremento de transporte motorizado: aumento de automóviles y motos ocasionando menos movilidad de las personas.



El ambiente que nos rodea es un factor para que el gen ahorrador se detone ya que si nos rodeamos en un ambiente obesogénico y tener malos hábitos hará mayor probabilidad de tener obesidad.

5 MODELOS DE AHORRO BASADO EN GENES

- El **genotipo ahorrador**, en el cual hay un metabolismo bajo e insuficiente calor en el organismo para hacer las reacciones metabólicas.
- El **genotipo hiperfágico**, caracterizado por regulación defectuosa del hambre y saciedad como propensión a sobrealimentación.
- El **genotipo sedentario**, donde el individuo considera que este es un escenario no adaptativo, donde el derivado genético explica por que algunos individuos pueden mantener su IMC dentro de los rangos normales.
- El **genotipo asociado a baja tasa de oxidación de grasas**.
- El **genotipo adipogénico** en el cual existe la habilidad de almacenar de forma eficiente la grasa.