

Γιατί η διατροφή χαμηλή σε αλάτι είναι πιο σημαντική για τα άτομα που φέρουν ορισμένες γονιδιακές μεταλλάξεις;

Τα άτομα με ορισμένες γενετικές μεταλλάξεις, είναι πιο ευαίσθητα στην πρόσληψη νατρίου. Μια μετάλλαξη του γονιδίου ACE αυξάνει τις πιθανότητες εκδήλωσης υπέρτασης στα άτομα που καταναλώνουν αρκετό αλάτι (νάτριο). Αυτή η μετάλλαξη είναι σχετικά κοινή και η διαχείριση της, μπορεί να βοηθήσει την καρδιαγγειακή υγεία αλλά και την μείωση βάρους αποτελεσματικότερα. Ελέγχεται μαζί με μεταλλάξεις στα γονίδια NOS3 και AGT, των οποίων οι φορείς επίσης αντιμετωπίζουν μεγαλύτερη ευαισθησία στην πρόληψη νατρίου. Για τους φορείς των μεταλλάξεων ACE, NOS3 και AGT, η αύξηση του καλίου μαζί με τον περιορισμό κατανάλωσης του νατρίου, αποτελεί αποτελεσματική μέθοδο για την πρόληψη της υπέρτασης και των συναφών καρδιαγγειακών παθήσεων.