

## LA REALIZZAZIONE DI UN MODERNO CENTRO ANTI -AGING

Protocolli medici, apparecchiature necessarie, formazione del personale,  
strategie di marketing, aspetti medico-legali, possibilità strutturali.

### 1. PREMESSA

La realizzazione di un moderno centro anti aging prevede la necessità di procedere ad una precisa progettazione dello stesso attraverso la verifica e lo studio degli spazi e dei servizi che il titolare intende proporre alla propria utenza.

Una volta definito l'accordo inerente il preventivo dei costi di progettazione e di consulenza specifica, sarà necessario procedere alla **verifica degli spazi sulle piantine**; stabilire quindi quali siano i servizi che il titolare intende proporre alla propria utenza, tenendo in considerazione gli standard minimi stabiliti da A.M.I.A., l'individuazione e formazione dello staff (medico / professionisti dell'estetica / personal trainer / ecc), che dovrà sostenere dei corsi specifici; l'individuazione delle apparecchiature (sala fitness / sala euritmia / SPA / ecc), in sinergia con le necessità e gli obiettivi della Vostra antiaging SPA nonché delle risorse e del budget da Voi valutato; l'attivazione di una convenzione con AMIA per la refertazione e la messa a disposizione non solo della certificazione di quest'ultima ma anche dei protocolli check up salutistici ed estetici, imperniati anche su specifiche analisi genomiche (DNA tests - esclusività di AMIA), per cui occorrerà predisporre un protocollo anti aging cucito su misura sulle caratteristiche anche strutturali della Vostra SPA.

### 2. INTRODUZIONE

Lo scopo del presente documento è analizzare le caratteristiche necessarie per la realizzazione di una **innovativa SPA antiaging**, che modelli la sua impostazione strategica su quattro ambiti della medicina moderna, che si occupano della cosiddetta "medicina per sani" o "healthy aging medicine": la medicina preventiva, la medicina predittiva (incentrata sull'analisi genetica), la medicina antiaging e la medicina rigenerativa.

L'**obiettivo** è dare una risposta il più possibile concreta ed affidabile ad una delle esigenze oggi più avvertite: mantenere uno stato di salute ottimale, prevenire l'insorgenza di malattie e rallentare il processo di invecchiamento.

Invecchiare è un processo fisiologico e naturale. E' impossibile NON invecchiare.

Però è possibile **condizionare** l'invecchiamento.

Esiste un motore biologico che necessita, come qualsiasi altro motore, di manutenzione per prevenirne i guasti futuri e mantenere la macchina in perfetta efficienza.

Questo è il **key concept** della medicina healthy aging: una medicina che interviene attivamente sui processi regolatori dell'invecchiamento.

In questa chiave, una **nuova antiaging SPA** necessita di trasformare l'attenzione alla propria salute da un semplice esame diagnostico, da sempre percepito come passaggio obbligato, routinario, meccanico, per molti anche intimidatorio, in un percorso al contrario illuminante.

Questa è la caratteristica preminente **del check up di A.M.I.A.**: una nuova filosofia di intendere la vita, nella sua manifestazione più basilare dello stare in salute sintetizzata nella promessa science of living; un bisogno fisiologico, un'improvvisa intima rivelazione che si traduce in una ricerca spontanea di nuovi stimoli, di raggiungere nuovi obiettivi, di vivere ispirandosi sempre e comunque al concetto di *Ben'Essere* e *Bell'Essere*.

### **3. IMPOSTAZIONE STRATEGICA**

La quasi totalità delle patologie oggi più diffuse (cancro, malattie cardiovascolari, malattie neurodegenerative, dismetabolismi, sindrome metabolica, ecc) sono legate all'insorgenza a volte impercettibile di alterazioni dei cosiddetti **biomarkers dell'aging**, che spesso mediano la loro azione inducendo una condizione di **stress ossidativo**, che porta all'accumularsi graduale di degenerazioni tissutali ed ad una diminuzione delle difese immunitarie.

Il tutto è condizionato dall'**assetto costituzionale** di ciascuno di noi, che può risultare favorevole oppure sfavorevole: è la successiva **interazione gene-ambiente** a condizionare l'espressione genica e quindi i rischi e le potenzialità insite nel proprio DNA.

La nuova antiaging SPA utilizza un'impostazione strategica incentrata su un **know-how** particolare, derivato da studi di **nutrigenetica e medicina preventiva**.

Tale know-how ha consentito la realizzazione di un **percorso diagnostico iniziale, propedeutico alla realizzazione di personalizzati protocolli clinici, scelti sulla base della loro validità medico-scientifica e certificati dal Comitato Scientifico dell'Associazione Medici Italiani Antiaging, che ne avvalorà i contenuti e le prospettive.**

In questo contesto il know-how AMIA consente,:

- l'affidamento e la delega ad una equipe appositamente formata dagli esperti di A.M.I.A. e specializzata,
- la personalizzazione della diagnosi e della successiva cura: "a misura di DNA" attraverso un'analisi genetica e attraverso mirate valutazioni cliniche,
- la completezza dell'approccio,
- l'ottica di prevenzione.

**AMIA Health ManAGement** è quindi orientato all'implementazione di strategie proattive per il mantenimento della salute grazie ad un approccio multidisciplinare nella sua fase diagnostica e ultra personalizzato nella sua fase terapeutico-preventiva.

Il progetto conferisce anche molta importanza al **trattamento dello stress** e quindi all'aspetto psicologico del benessere.

Studi scientifici hanno evidenziato che la salute, la qualità e la durata della vita sono direttamente collegati alla dimensione mentale ed emotiva.

Ogni emozione libera nel corpo messaggeri chimici, denominati neuropeptidi, che si legano alle cellule e ne modulano la funzionalità.

Gioia ed entusiasmo stimolano la resistenza alle patologie, mentre rabbia, ansia, tristezza e distress (lo stress nocivo) si traducono in un indebolimento psico-fisico, che rende l'organismo più sensibile alle aggressioni esterne.

Un altro aspetto strategico nel contesto di un'antiaging SPA è legato alla necessità di ogni individuo di mantenere un livello soddisfacente di sicurezza nelle proprie **capacità fisiche**. L'accompagnamento dell'individuo in un percorso di introduzione all'attività fisica regolare è parte importantissima del percorso terapeutico.

Innumerevoli sono infatti le evidenze scientifiche del valore preventivo ed anche terapeutico dell'attività sportiva moderata.

Utilizzando **tecniche di coaching** innovative e sistemi di monitoraggio dell'attività fisica, si potranno aiutare le persone ad integrare l'attività fisica nelle loro abitudini giornaliere, acquisendone i principi nel corso del soggiorno presso l'antiaging SPA e ritornando periodicamente presso la stessa per l'esecuzione di **periodici** controlli e revisioni del piano terapeutico personalizzato.

Un aspetto fondamentale è legato alle **scelte nutrizionali** ed alle eventuali **integrazioni**, realizzati secondo i canoni della **nutrigenomica**, al fine di fornire all'organismo l'indispensabile materia prima necessaria per il suo corretto funzionamento e per garantirgli la miglior espressione genica potenziale.

Una nuova filosofia alimentare a fianco di **prodotti nutraceutici**, anche personalizzati utilizzabili per la prevenzione delle patologie più correnti, ma anche per l'ottimizzazione delle prestazioni psico-fisiche (azione nootropica).

Infine un ultimo ambito strategico verterà **sull'aspetto cosmetologico**, in modo tale da individuare, sia durante il soggiorno sia nella prosecuzione domiciliare delle cure e dei trattamenti, il **prodotto bioceutico** più adatto in relazione alle caratteristiche non solo cutanee, ma anche genetiche di ciascun soggetto.

Occorre comprendere che non esiste una scienza dell'healthy living universalizzata e quindi applicabile omogeneamente a tutti. Insieme ad A.M.I.A., infatti, è possibile pianificare un piano di prevenzione, diagnosi e terapia del tutto personalizzato nei minimi dettagli. L'obiettivo principale è quello di aiutare i pazienti a mantenere uno stile di vita salutare fondato sul concetto moderno di **feeling better**. Insomma: **dal semplice star bene al sentirsi meglio!**

#### **4. LA CERTIFICAZIONE A.M.I.A.**

Tutti i suddetti principi sono parte integrante del **Progetto Vita di AMIA**, una proposta che riassume in pochi punti fondamentali le regole per vivere in salute ed a lungo.

La possibilità di usufruire di servizi medici altamente professionali nel contesto di una struttura alberghiera dotata di un'antiaging SPA, nel corso di una vacanza particolare, scelta sulla base delle esigenze specifiche, consente a ciascuna persona di far fronte alla tradizionale paura, che spesso accompagna l'individuo nel percorso diagnostico tradizionale,

così da aiutarlo a sdrammatizzare il contatto con il medico e con la conoscenza delle proprie condizioni in un contesto di relax.

Ed ecco che rispetto all'attuale offerta di servizi nel campo della medicina preventiva e del benessere, **AMIA offre una serie di caratteristiche, che la rendono unica ed irripetibile:**

- la credibilità scientifica correlata alla qualità del proprio comitato scientifico ed al riconoscimento internazionale che l'associazione ha conseguito nel corso degli anni di sua attività;
- l'impiego di tecniche esclusive di monitoraggio dei biomarkers dell'aging e dei programmi nutrigenomici,
- la possibilità di combinare i servizi medici di livello elevato con terapie legate al benessere ed all'estetica, in luoghi particolarmente rilassanti e confortevoli;
- **l'esclusività dei pannelli genomici in tema di medicina preventiva e predittiva;**
- la collaborazione con prestigiosi laboratori nazionali ed internazionali;
- la presenza nel proprio board scientifico di illustri professionisti con ruoli istituzionali; il collegamento con prestigiose università italiane e la periodica organizzazione di eventi nazionali e internazionali di assoluto prestigio;
- la possibilità di assicurare un **tutor medico**, formato secondo criterio di alta professionalità, che consenta al cliente/paziente un confronto anche al di fuori del periodo di soggiorno presso l'antiaging SPA.

In questo contesto ecco che la certificazione di riconoscimento "SPA certificata A.M.I.A. Associazione Medici Italiani Antiaging" consiste nella possibilità da parte della stessa SPA di utilizzare tale dicitura per la promozione dei servizi offerti, affiancando alla certificazione, se richiesto, il logo A.M.I.A.; oltre alle possibili sinergie di promozione della struttura.

## **5. I PERCORSI DI HEALTHY AGING**

Ogni singolo percorso di A.M.I.A. è concepito e pianificato per essere unico e rispondere alle esigenze di ogni singolo soggetto per il quale crocevia diagnostico/terapeutico si sviluppa attraverso fasi ben precise e distinte.

Particolare **cura dovrà essere fatta nella realizzazione degli ambienti** in cui le persone soggiorneranno, che devono rispecchiare e rafforzare armonicamente l'equilibrio umano, concentrandosi sui cinque sensi al fine di contribuire a creare un'atmosfera di relax: vista, gusto, olfatto, udito, tatto.

### **5.1 PERCORSO DIAGNOSTICO**

Il programma **healthy aging**, secondo i protocolli A.M.I.A. - Associazione Medici Italiani Anti-Aging e oggetto della **certificazione** da parte di quest'ultima, comprende una **prima fase** imperniata su una **diagnostica di alto profilo medico**, finalizzata all'inquadramento **dell'età biologica del soggetto in esame e all'estrinsecazione dei suoi fattori di rischio salutistici ed estetici**.

Il percorso diagnostico viene seguito da tre/quattro figure professionali, che dovranno essere specificatamente formate secondo i canoni ed i protocolli oggetto della certificazione da parte della nostra associazione.

Il **check up diagnostico** prevede l'inquadramento di una **ampia gamma di parametri**.

Al termine di questo primo percorso, il soggetto in questione riceverà una prima **specific**a relazione medica contenente indicazioni riguardanti i risultati degli accertamenti svolti presso la Spa e la valutazione ed i consigli dell'equipe medica che ha seguito il soggetto per la prosecuzione ed il passaggio alla fase successiva da seguire presso la Spa.

### **5.2 PERCORSO TERAPEUTICO**

Questa fase rispecchierà i percorsi healthy aging che sottostanno ai principali ambiti di senescenza individuale e che possono dar vita a percorsi tra loro paralleli o vederli invece incrociarsi sulla base di quanto emerso nel corso del primo momento diagnostico.

Ciascun percorso anti-aging evolve attraverso una **fase in loco**, cioè consistente in una sorta di **pacchetto clinico effettuabile presso il centro, ed una fase domiciliare**.

### **5.3 REFERTAZIONE FINALE**

Al termine del percorso terapeutico seguito presso la Spa ciascuna persona che si è sottoposta al protocollo riceverà una relazione finale nella quale sono individuati i parametri personalizzati ed i risultati conseguiti, unitamente ai consigli ed ai programmi personalizzati elaborati, come per esempio il programma alimentare personalizzato, il programma di controllo diagnostico con il calendario dell'esecuzione delle analisi e delle visite, il programma di integrazione nutrizionale personalizzato, la refertazione dei test genetici eseguiti, l'eventuale prescrizione di accertamenti diagnostici di approfondimento, i cosmetici consigliati, il programma di mantenimento e controllo domiciliare da applicarsi sino al soggiorno successivo presso la Spa. L'obiettivo è quello della fidelizzazione del cliente attraverso sia soggiorni periodici di una settimana che attraverso mini – soggiorni della durata di un fine settimana. Sarà quindi possibile prevedere il monitoraggio del soggetto indirizzandolo presso uno dei medici AMIA al fine di prepararlo e tenere sotto controllo i parametri sino al successivo soggiorno presso la Spa.

## **6. STRUTTURAZIONE DELLE RISORSE UMANE**

Sulla base del progetto si adeguerà la strutturazione delle risorse umane in loco, le consulenze esterne nonché i services per la clientela.

## **7. LOGISTICA E DIMENSIONAMENTO DEGLI SPAZI**

L'ottimizzazione degli spazi, la selezione dei colori e dei materiali andrà effettuata non solo a fini estetici e funzionali, ma soprattutto per riuscire a comunicare agli ospiti della Spa sensazioni positive e rilassanti, sensazioni di effettivo ben'essere e bell'essere.

Ambienti e spazi dovranno rispecchiare e rafforzare armonicamente l'equilibrio umano, in un'ottica di connubio tra bellezza esteriore ed equilibrio interiore.

## **8. LA MODERNA GENETICA**

A.M.I.A. ed i suoi esperti sono da tempo impegnati nello studio e nella divulgazione delle metodiche di prevenzione attuate attraverso l'impiego degli screening eseguibili anche a mezzo di test genomici sul DNA umano.

È stato così individuato un protocollo healthy aging oggetto di certificazione da parte di A.M.I.A., che comprende una valutazione clinica generale, con inquadramento ematologico, con la finalità di valutare i cosiddetti biomarkers dell'aging, così da inquadrare l'età biologica di un soggetto, rapportandola all'età anagrafica, e da un esame dei principali polimorfismi genetici e delle potenziali ricadute degli stessi sul piano clinico.

L'inquadramento ematologico offre una fotografia dell'oggi, fornendo utili indicazioni sulle conseguenze sul piano clinico e metabolico legate allo stile di vita.

L'analisi dei principali polimorfismi genetici presenti nel DNA e delle potenziali ricadute degli stessi sul piano clinico offre una fotografia della situazione a monte, un inquadramento di quei fattori, positivi o negativi, insiti nella personale costituzione, che possono minare o salvaguardare la salute.

Questi polimorfismi non sono in grado di predire esattamente il momento in cui si svilupperà un disturbo della salute, ma comunque possono predire il rischio di sviluppare tale disturbo. Se i geni sono presenti dalla nascita, lo sviluppo di determinate malattie può comunque verificarsi in età avanzata. Se la costellazione genetica di una persona è nota abbastanza in anticipo, le contromisure interventistiche hanno una maggiore possibilità di successo.

Conoscere le variazioni genetiche ed il loro effetto sull'organismo può quindi essere molto utile per individuare queste predisposizioni individuali, al fine di mantenere e migliorare il nostro stato di benessere.

Il test non è in alcun modo diagnostico, cioè non è in grado di stabilire se una persona svilupperà o no una certa patologia, ma fornisce unicamente indicazioni che consentono di adottare misure preventive mirate e personalizzate, in modo da aumentare la probabilità di mantenersi e recuperare una buona salute fisica ed estetica.

Molteplici sono i pannelli relativi ai polimorfismi (= variazioni) genetici analizzabili con il test del DNA. I principali pannelli individuati da A.M.I.A. sono volti ad inquadrare:

- **INVECCHIAMENTO CUTANEO.** Sulla base del proprio profilo genomico ciascuna persona potrà ottimizzare e vedere personalizzata la scelta di cosmetici, integratori e dei trattamenti medico-estetici a cui sottoporsi.
- **DIMAGRIMENTO.** In questo pannello si valutano quei geni che possono interferire in modo positivo od in negativo sul metabolismo: da quello energetico a quello glucidico, da quello lipidico a quello proteico attraverso un'analisi anche dei geni responsabili della sindrome metabolica (insulino-resistenza, leptino-resistenza, ecc.); altri geni esaminati riguardano quelli coinvolti nella capacità detossificante dell'organismo ed in quella antiossidante e detossificante.

- **STRESS.** Ogni stressor che perturba l'omeostasi dell'organismo richiama immediatamente delle reazioni regolative neuropsichiche, emotive, locomotorie, ormonali ed immunologiche. In questo pannello si sono presi in considerazione alcuni polimorfismi genetici che possono da un lato inquadrare il soggetto come un individuo più o meno esposto al rischio di distress, dall'altro evidenziarne i "punti deboli" genetici, che possono esacerbare disturbi e conseguenze sul piano clinico in caso di conclamato distress.
- **MENOPAUSA.** Grazie all'analisi di questo pannello si evincono informazioni utili per ottimizzare lo stato di benessere psico-fisico nel contesto di questa situazione di vita della donna. Si prendono in esame quei geni che, in letteratura medico-scientifica, sono stati accostati con un'accentuazione del rischio di neoplasie dell'apparato genitale femminile: utero, ovaio, mammella. Tra l'altro si prende in considerazione il rischio di osteoporosi e l'indicazione o meno per un eventuale TOS (terapia ormonale sostitutiva). Si sa infatti che non tutte le donne possono trarre utile giovamento da questa terapia. Grazie al test genetico si può discriminare tra il soggetto che ne può beneficiare rispetto a quello che sarebbe invece maggiormente esposto ai suoi rischi anziché ai suoi benefici.
- **INVECCHIAMENTO CEREBRALE.** Questo pannello prende in considerazione i geni coinvolti nella risposta infiammatoria dell'organismo, principale imputata del neuro decadimento cognitivo. In questo modo, inquadrando i soggetti maggiormente a rischio, è possibile attuare una strategia preventiva, incentrata sull'effettuazione di specifiche forme di "ginnastica mentale", sull'impiego di particolari molecole farmacologiche e di supplementazioni nutrizionali.
- **ANDROPAUSA.** Grazie all'analisi di questo pannello si evincono informazioni utili per ottimizzare lo stato di benessere psico-fisico nel contesto di questa situazione di vita. Si prendono in esame quei geni che, in letteratura medico-scientifica, sono stati accostati con un'accentuazione del rischio di neoplasie prostatiche.
- **RISCHIO CARDIOVASCOLARE E DI ICTUS; IPERTENSIONE, TROMBOSI, COAGULAZIONE.** Questo pannello approfondisce i fattori di rischio in tema di: a) profilo lipidemico (ipercolesterolemia/ipertigliceridemia), così da valutare, ad esempio, quanto l'organismo condizioni geneticamente i livelli di colesterolo "buono" (HDL) piuttosto che "cattivo" (LDL); b) eventuale tendenza costituzionale all'ipertensione; c) predisposizione a poter incorrere con maggior facilità in episodi trombo embolici, ictus, malattia coronarica, infarto del miocardio.

A.M.I.A. - Associazione Medici Italiani Antiaging

Il presidente  
Prof. dr. Damiano Galimberti