

ANTIAGING: VIVIR MÁS AÑOS VIVIENDO MEJOR

El programa Antiaging de Clínica Planas es un tratamiento médico diseñado para evaluar la edad biológica de un individuo, identificar los factores que la condicionan y diseñar un tratamiento personalizado destinado a restaurar el equilibrio y prevenir la aparición de enfermedades, frenando el proceso natural de envejecimiento, y mejorando la salud y calidad de vida de los pacientes.

Los seres humanos cumplimos años que se suman aritméticamente cada vez que pasan 365 días. Ese ciclo, que conocemos como edad cronológica, no se detiene y es un indicador claro del tiempo que ha transcurrido desde nuestro nacimiento. Sin embargo, existe otro tipo de envejecimiento que determina el desgaste que ha sufrido nuestro organismo a lo largo de la vida.

Esta edad puede variar de acuerdo al estilo de vida. Es decir, una persona sometida a presiones, con una alimentación poco equilibrada, poco descanso, vida sedentaria y estrés, puede tener una edad biológica que no corresponda a su edad cronológica. Esta disparidad entre la edad cronológica y la edad biológica condiciona el rumbo del envejecimiento, incluso en una misma persona este ritmo puede variar entre los diferentes órganos.

El programa Antiaging de Clínica Planas establece un tratamiento personalizado para cada paciente. El objetivo es prolongar al máximo la etapa adulta en plenas facultades, restaurando y preservando la calidad de vida.

El tratamiento consiste en llevar a cabo una serie de exámenes muy completos, utilizando parámetros funcionales biológicos, psicológicos, bioquímicos, genéticos, e inmunológicos, llamados también biomarcadores, que se relacionan con los diversos factores relacionados con el envejecimiento.

Una vez realizadas todas las pruebas, se elabora un perfil personalizado del envejecimiento de cada paciente, determinando cuáles son las áreas más conflictivas biológicamente hablando y dónde debe centrarse el tratamiento.

Se construye un “mapa” del envejecimiento biológico, que nos puede indicar a qué velocidad envejecemos y la capacidad que tiene nuestro organismo para repararse a si mismo.

TRATAMIENTO – PLAN DE SALUD

Una vez realizada la etapa diagnóstica, se hace una propuesta de tratamiento personalizada y se establecen controles periódicos para evaluar la evolución del paciente.

El plan de salud personalizado se basa en:

- **Tratamiento Nutricional:** Siendo este uno de los puntos clave del tratamiento ya que ha podido demostrarse que adquiriendo unos buenos hábitos alimenticios, siguiendo una dieta adaptada acorde a la situación de cada paciente y con unas características apropiadas, favorece una longevidad saludable.
- **Suministro de Nutraceuticos, vitaminas, minerales u oligoelementos, antioxidantes y demás nutrientes específicos que cumplan una función de defensa y reparación en el organismo, y siempre adaptadas a las necesidades de cada paciente.**

- Reposición hormonal natural si es necesaria, para restablecer los niveles óptimos.
- Programa de ejercicios físicos diseñado específicamente según las necesidades, estado de forma y posibilidades de cada paciente, ya que está comprobado que existen ejercicios que aumentan la longevidad.
- Ejercicios mentales para el control del estrés y el refuerzo de la concentración y la memoria.

El programa Antiaging de Clínica Planas aporta diferentes beneficios:

Beneficios a Nivel físico

- Mejora el rendimiento físico, aumentando el tono y la masa muscular, disminuye el porcentaje de grasa y aumenta la sensación de bienestar en general.
- Mejora la inmunidad (mayor resistencia a catarrros, resfriados y todo tipo de infecciones).
- Mejora la actividad sexual tanto en hombres como en mujeres.

Beneficios a nivel celular

- Mejora los factores que influyen en el envejecimiento.
- Aumenta la reparación y revitalización celular.
- Disminuye la destrucción celular.
- Mejora la elasticidad e hidratación de la piel, así como la velocidad de cicatrización.

Beneficios a nivel mental

- Mejora el rendimiento intelectual (memoria, capacidad de concentración, agilidad mental y reflejos)
- Control del estrés.
- Aumento de sensación de bienestar.

Prevención de enfermedades

- Disminuye el riesgo de enfermedades cardiovasculares.
- Disminuye el riesgo de cáncer.

A nivel general se observa que los pacientes obtienen una mejoría sustancial en su calidad de vida, con un realce de su actividad física, intelectual, atlética y sexual, una optimización de su peso y una disminución de sus índices de riesgo.

Dr. Manuel Sanchez (Médico especialista en Nutrición y Dietética)

Dpto. Antiaging de CLINICA PLANAS

CLÍNICA DE CIRUGIA Y ESTÉTICA PLANAS

Pedro de Montcada II 16-18

08034 Barcelona

T. 93 203 28 12