



## GRAZIA SPECIALE BELLEZZA



DA SINISTRA, IN SENSO ORARIO:  
L'ATTRICE E CONDUTTRICE  
MARTINA COLOMBARI,  
AMBASSADOR VYTA NELLA  
PISCINA TERMALE  
DEL CENTRO; UNA LEZIONE  
CON LA HEALTHY  
CHEF VANESSA  
LORENZETTI; IL  
MASSAGGIO A  
BASE DI FANGHI  
TERMALI; LA  
ZONA  
ACCOGLIENZA  
DEL CENTRO  
VYTA LONGEVITY  
DI ABANO TERME.

# IL SEGRETO DELLA LONGEVITÀ

Si chiama **Vyta Longevity Lifestyle** ed è un centro di medicina preventiva che unisce le proprietà curative delle acque termali con le innovazioni in campo medico. Qui medici e specialisti spiegano come funziona

di ILDO DAMIANO da ABANO TERME (PADOVA)

## GRAZIA SPECIALE BELLEZZA

DA SINISTRA: UNA SEDUTA DI STRETCHING; IL PROFESSOR DAMIANO GALIMBERTI, DIRETTORE SCIENTIFICO DEL PROGETTO, CON MARTINA COLOMBARI, AMBASSADOR DEL METODO VYTA LONGEVITY; IL DOTTOR UMBERTO CARRARO, FONDATORE DEL METODO.



**E**stato messo a punto dal dottor Umberto Carraro nella cittadina termale di Abano Terme, in provincia di Padova, il metodo innovativo *Vyta Longevity Lifestyle*, che fa della prevenzione il punto di partenza della longevità grazie ad esami e test che individuano nella genetica le predisposizioni all'invecchiamento di ogni individuo. Il suo motto è: «Fai della longevità il tuo stile di vita»: così il dottor Carraro, medico chirurgo esperto in Medicina Anti-Aging ed erede di una famiglia di imprenditori alberghieri dei Colli Euganei, racconta a *Grazia* la sua visione. «La mia idea è stata quella di creare un percorso anti-age che unisce le proprietà curative delle acque termali con le più recenti innovazioni in campo medico, con l'intenzione di ottenere un miglioramento fisico generale. La scienza ci ha svelato i meccanismi antinfiammatori, che sono alla base del successo delle acque ipertermali, ma ha anche ampliato le conoscenze dei processi di invecchiamento cellulare. Grazie alla conoscenza del nostro DNA e dell'epigenetica abbiamo scoperto come i fattori ambientali e culturali agiscano attivamente sull'invecchiamento e sulla predisposizione a determinate patologie», dice Carraro.

Direttore scientifico di questo progetto è il professor Damiano Galimberti, specialista in Scienza dell'alimentazione e Dietetica, esperto di Medicina della longevità e presidente dell'International Longevity Science Association. «La medicina preventiva deve guardare oltre e pensare a una longevità in salute e non solo a anni di vita in più», spiega. «Per poter operare in questo senso dobbiamo avere un quadro degli elementi che contribuiscono a logorare l'organismo e il suo invecchiamento. Il nostro approccio prevede esami come la bilancia infiammatoria, test di lipidomica (che danno un rapporto tra Omega6, pro-infiammatori e Omega-3 anti-infiammatori), la bilancia ossidativa, (che dà il rapporto tra radicali liberi, "la ruggine", e gli antiossidanti, "gli antiruggine").

L'alimentazione e l'attività fisica sono due punti centrali di questa medicina preventiva, che vede nell'integrazione personalizzata la sua peculiarità, come suggerisce la dottoressa Francesca Dorigatti, coordinatrice scientifica dei centri. «A compensare le carenze aiutano le terapie specifiche da noi elaborate come l'Ozonoterapia, l'IHHT (Terapia Ipossico-Iperossico Intermittente), un trattamento che ripristina la salute a livello cellulare, le IV Therapy (Terapie Infusionali) che rafforzano il sistema immunitario e riducono i segni dell'invecchiamento».

Molti i volti noti che hanno sperimentato questo metodo preventivo, dalla conduttrice televisiva Camila Raznovich all'ex rugbista Alvise Rigo, dalla cantante Malika Ayane all'attrice e conduttrice Martina Colombari, ambassador del progetto Vyta Longevity che è approvato e patrocinato dalla International Longevity Science Association ([longevityscience.eu](http://longevityscience.eu)) e disponibile ad Abano Terme e a Roma al Saint Peter Medical Center ([vytalongevity.com](http://vytalongevity.com)). ■

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Ozonoterapia e infusioni rafforzano il sistema immunitario  
e riducono i segni dell'invecchiamento