Wellness Clinic



INTRODUCCIÓN

El aumento desmedido del caos en muchas ciudades de países en vías de desarrollo, afecta no sólo la estructura urbana sino que también va en detrimento de la salud de sus habitantes, porque el desorden y falta de planificación generan congestión vehicular, restringen la movilidad urbana, incrementan la contaminación del aire y sonora, factores que terminan produciendo un incremento en los niveles de estrés perjudicando el estado de salud física y psicológica de sus residentes.

CAMBIO CLIMÁTICO

- Las condiciones ambientales de nuestro planeta se vienen tornando cada vez más severas, tendencia que en algunos años o décadas, hará muy complicada la subsistencia de la humanidad en condiciones normales. Los niveles de temperatura alta y baja se vienen extremando año a año.

- En el caso de Lima, adicionalmente la población soporta un nivel de humedad que supera el 80% en promedio del día y llega en algunas horas al 100%, provocando alergias y enfermedades respiratorias que afectan el sistema inmunológico.

Efectos del estrés en el sistema inmune

El organismo humano, ante situaciones de estrés, tiene mecanismos de protección para conservar la homeostasis o equilibrio corporal, mediante la activación sobre todo de los sistemas nervioso, endocrino, e inmunológico.

La respuesta al estrés se da en tres niveles: fisiológico (taquicardia, hipertensión, enfermedades coronarias, hiperglucemia, asma bronquial o síndrome de hiperventilación, sequedad de boca, aumento del colesterol, diuresis, etc.), cognitivo (dificultades de atención y concentración, irritabilidad, olvidos frecuentes, incapacidad para decidir, etc.) y motor (tartamudeo, temblores, contracturas musculares, tics, predisposición a accidentes, etc.).

WELLNESS CLINIC

La naturaleza, arquitectura, servicios y soporte médico, se integran de manera armoniosa en el Wellness Clinic para que los usuarios puedan rejuvenecer física, mental y espiritualmente.

Los Wellness Clinic son centros de atención médica que cuentan además con servicios como: gimnasio, spa, área de talleres, entre otros.

WELLNESS CLINIC

A cargo de un equipo de profesionales calificados, motivados e involucrados, el Wellness Clinic ofrece las siguientes especialidades:

Primer bloque – Clínica:

- Recepción y sala de espera
- Laboratorio y toma de muestras
- Neurología
- Cardiología
- Psicología
- Endocrinología
- Nutricionista
- Alergología
- Inmunología
- Farmacia

Segundo bloque – Spa :

- Gimnasio
- Terapias / Ozonoterapia
- Saunas
- Salas de masajes
- Piscina / Jacuzzi
- Salas de belleza
- Salones de Yoga
- Salones Antiestrés
- Talleres
- Espacios al aire libre



Tercer bloque – Restaurante :

- Recepción
- Área de mesas
- Cocina con almacén y frigorífico

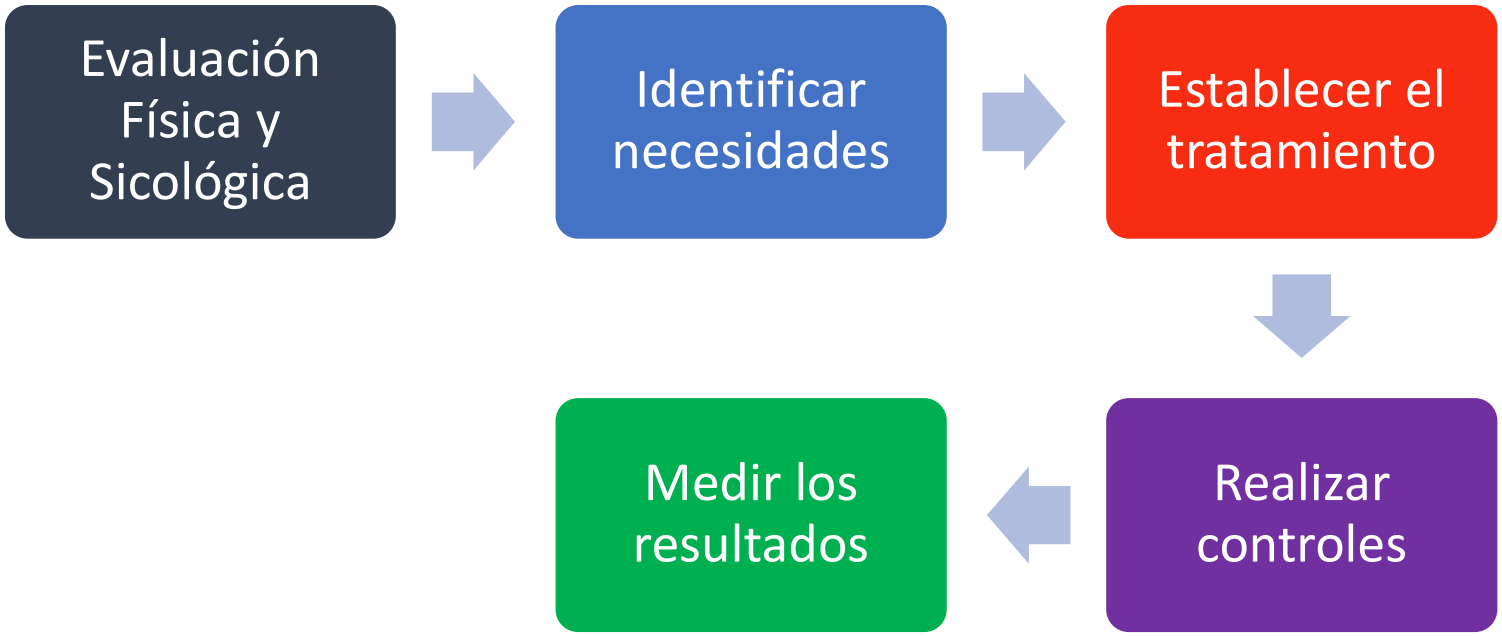
WELLNESS CLINIC





- Recepción General
- Primer Bloque-Clínica
- Segundo Bloque – Spa
- Tercer Bloque-Restaurante

METODOLOGÍA

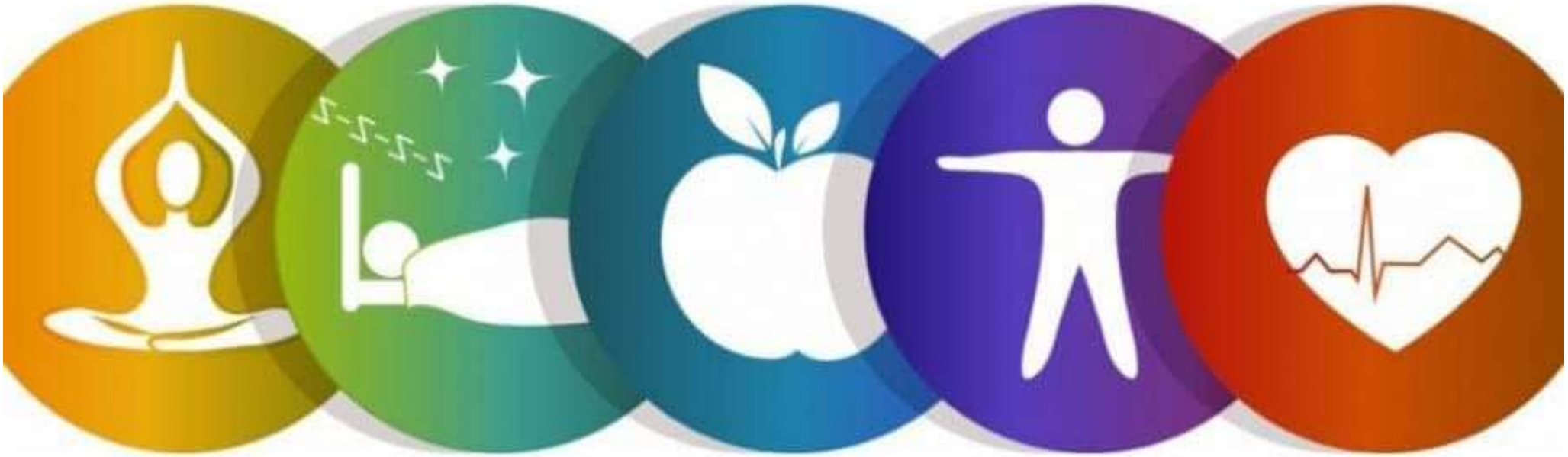


BASE DEL TRATAMIENTO

RELAJACIÓN

NUTRICIÓN

CHEQUEO MÉDICO PREVENTIVO



DESCANSO

EJERCICIOS

RESULTADO DEL TRATAMIENTO



EQUILIBRIO
FÍSICO Y MENTAL
ESTRÉS POSITIVO

ESTRÉS POSITIVO

El estrés bien manejado es necesario y positivo, pues constituye una parte esencial de la vida. El estrés positivo supone la adaptación a las situaciones diarias, un medio para la productividad, la creatividad, incrementa el estado de alerta, mejora la concentración, la toma de decisiones, lo cual nos hace sentirnos seguros y enfrentarnos mejor preparados, y en definitiva encontrarnos en una situación de mayor equilibrio ante las adversidades y enfermedades.