

IL METODO ACQUAVIVA

Benessere, equilibrio e longevità

IL RISVEGLIO NATURALE DEL TUO BENESSERE

Sotto la guida della Dott.ssa Annamaria Acquaviva – fondatrice e ideatrice del metodo scientifico applicato a Palazzo di Varignana – prendono il via attività che pongono al centro l'ospite nell'ascolto delle sue necessità, per trovare soluzioni per vivere in salute e più a lungo e risplendere di una forma inedita di bellezza.

Il **metodo Acquaviva** segue un approccio olistico e applica le più recenti evidenze scientifiche alla cura della persona grazie a protocolli specifici per ottenere il massimo potenziale psicofisico. L'obiettivo è ritrovare il proprio equilibrio attraverso i 5 pilastri della salute: nutrizione personalizzata, armonia interiore, attività fisica, riposo, integrazione alimentare e cosmetica.

La vacanza a Palazzo di Varignana diventa l'occasione per ritrovare il proprio equilibrio psicofisico a 360°. L'alimentazione funzionale, a base degli ingredienti a Km 0 della nostra azienda agricola, si coniuga a specifici piani di attività fisica, trattamenti di bellezza della spa e terapie altamente efficaci.



Su prenotazione è inoltre a disposizione un team di medici specialisti: fisioterapia, agopuntura, ozonoterapia, medicina estetica, fisioterapia, test innovativi per risultati di precisione, sono solo alcune delle aree d'intervento studiate per il benessere degli ospiti del resort.

HEALTH RETREATS

In-forma Raggiungere e mantenere la migliore forma fisica

Un percorso di conoscenza per scoprire quale tipo di alimentazione, sport e attività sono indicati per ridefinire e migliorare la tua forma fisica..

Slim Perdere peso in modo efficace e duraturo

Programma personalizzato per un'efficace e duratura perdita di peso, orientato ad una strategia a lungo termine per il mantenimento di un corpo più sano.

Deep sleep Soluzioni per un riposo migliore e contrastare i disturbi del sonno.

Un programma studiato per contrastare i disturbi del sonno e migliorare la qualità del riposo. Deep Sleep prevede un test di valutazione del cronotipo, dell'indice della qualità del sonno, con misurazione antropometrica e nutrizionale. A partire dal risultato di questi test, il programma offre un piano alimentare personalizzato, integrato ad attività rilassanti come il training autogeno con stimolazioni binaurali.

Immuno Defense Rigenerare corpo e mente

Immuno Defense è il programma perfetto per rigenerare corpo e mente, guadagnando salute e bellezza. Prevede, oltre ad un piano di alimentazione personalizzato, terapie di medicina preventiva come l'Ossigeno-ozonoterapia dal potente effetto antibatterico, antivirale, antinfiammatorio e antiossidante. Ad esse vengono abbinate sessioni di fitness nel verde.

Progetto IBS - Sindrome colon irritabile

Team multidisciplinare per la diagnosi, il trattamento, la cura e dieta specifica [low FODMAP]

Progetto Donna

Programma di prevenzione specifico per la donna, studiato per monitorare lo stato di salute e il benessere femminile.

Progetto Beauty

Un soggiorno dedicato alla bellezza. Il giusto tempo per prendersi cura di sé dopo un trattamento di medicina estetica in totale relax.

Progetto Famiglia

Un team multidisciplinare accompagna la futura mamma in un percorso di preparazione al parto differenziale a seconda del trimestre di gravidanza.

Progetto Junior Chef

Corsi di cucina pensati apposta per i bambini, per aiutarli a imparare divertendosi le basi per un'alimentazione equilibrata e le tecniche di cucina più sane.

PREVENZIONE E NUTRIZIONE

Check up Longevity

120 €

Analisi effettuata con un dispositivo medico BIA-ACC innovativo, per la valutazione della composizione corporea e della performance psicofisica.

Analisi del sangue

a partire da 150 €

È offerta la possibilità di effettuare molteplici analisi del sangue, a seconda delle esigenze, in collaborazione con ambulatori esterni

Test epigenetici basati sulla medicina di precisione

120 €

Metodologia estremamente all'avanguardia che permette di personalizzare il più possibile prevenzione, diagnosi e cure, in collaborazione con ambulatori esterni

Visita medica generica

120 €

Anamnesi approfondita riguardo lo stato di salute attuale e la storia clinica del paziente.

Esami ecografici

da 80 € a 200 €

Agopuntura

visita e prima seduta 120 € | successive 80 €

Scopi: antalgico (artrosi, artriti, cefalee, nevriti, strappi muscolari) e di regolazione di ansia, stress, insonnia, distonie, coliti spastiche.

Percorsi nutrizionali

da 60 a 160 €

Percorso individuale e personalizzato per educare alla corretta alimentazione come parte integrante di uno stile di vita corretto e sano.

Aree di intervento: aumento o perdita di peso - celiachia, allergie e intolleranze alimentari - sindrome dell'intestino irritabile e protocollo FODMAP - gravidanza, allattamento, menopausa - età pediatrica- programmi antiage, drenanti e disintossicanti - diete vegetariane - ogni disturbo correlato all'alimentazione.

Esame specialistico polisonnografico

230 €

La polisonnografia è l'indagine per la diagnosi delle patologie respiratorie correlate al sonno. È un esame non invasivo e viene eseguito per monitorare durante il riposo notturno una serie di parametri fisiologici tra cui il livello di ossigeno nel sangue, la frequenza cardiaca e la respirazione.

Piccola Autoemoterapia

80 €

Prelievo di una piccola quantità di sangue che viene ozonizzato e reinfuso in via intramuscolare.

GAET – Grande Autoemoterapia

€ 150 una seduta | € 800 otto sedute

Prelievo di sangue unito a miscela gassosa di ossigeno e ozono, che viene reinserito nell'organismo del paziente con effetto antiossidante, favorendo le difese immunitarie e la cura di numerose patologie. L'aggiunta di vitamina C implementa il potere antiossidante.

Therapy Detox, Regenera, Immuno Defense

150 €

Trattamento di medicina rigenerativa che consiste nell'infusione endovenosa di un mix di vitamine, nutrienti e antiossidanti, per rapido e massimo assorbimento. È ideale per contrastare i radicali liberi, l'affaticamento e lo stress cronico, mal di testa, ansia, disidratazione ed eccesso di alcolici.

Mindful eating

105 €

Pranzo 3 portate con la Dott.ssa Acquaviva, per acquisire la consapevolezza nel nutrire il proprio corpo e imparare a non cedere all'emotional eating, noto come fame nervosa.

Nature therapy con Dott.ssa Acquaviva

85 €

L'esposizione a stimoli naturali attraverso i cinque sensi ha un effetto diretto sul sistema nervoso parasimpatico conciliando il riposo e supportando la funzione immunitaria. Gli ospiti saranno guidati attraverso le stanze del parco di Villa Amagioia, che rientra tra i 100 giardini più belli

Training ipnoprodotto con stimolazioni binaurali

100 €

Tecnica di rilassamento psicofisico guidata dalla Dott.ssa Acquaviva per indurre il sonno. Sfrutta la terapia comportamentale del training autogeno, che incide positivamente sui meccanismi fisiologici e mentali implicati nell'insonnia. Ad essa si abbina l'attività delle onde binaurali theta, un fenomeno uditivo stimolato dall'ascolto di toni specifici e differenti in ciascun orecchio, attraverso auricolari che ricreano la frequenza rilevata durante il sonno profondo.

MEDICINA ESTETICA

Filler |

da 350 €

zigomi, guance, periorbitale, nasogenie, periorali, tempie, sopracciglia, terzo medio, labbra

Utilizzo di diversi tipi di acido ialuronico riassorbibile per la prevenzione e la correzione di inestetismi tipici dell'invecchiamento cutaneo. Trattamento indicato per conferire pienezza, volume e definizione alle zone trattate.

Rinofiller - Procedura di rimodellamento altamente avanzata non chirurgica, attraverso l'uso di acido ialuronico riassorbibile.

Botox

370 €

Iniezioni di tossina botulinica che ammorbidiscono le linee e i contorni della pelle donando un aspetto più fresco, riducendo le rughe di espressione.

Bio-ristrutturazione

280 € una seduta | **660 €** tre sedute

Trattamento volto a ripristinare la quantità di acido ialuronico che si riduce con l'avanzare dell'età. Stimola la produzione di collagene ed elastina e produce un leggero effetto liftante e tensore che rimodella il viso e contrasta la lassità cutanea.

Biorivitalizzazione

180 €

Iniezioni di acido ialuronico, vitamine e antiossidanti che ripristinano l'idratazione cutanea. Il risultato è una pelle dall'aspetto più giovane con rughe ridotte e migliorata elasticità.

Peeling medicale chimico

150 € soft | **180 €** avanzato

Trattamento di esfoliazione cutanea per ottenere una pelle luminosa e levigata.

Intralipoterapia

300 € per area

Iniezioni volte a ridurre il grasso addominale inducendo la necrosi degli adipociti. Le aree che si possono trattare sono addome, fianchi, cosce, schiena, braccia e mento.

Microdermoabrasione + peeling

230 €

Trattamento di forte esfoliazione. Lo strumento utilizzato è il dermapen, che con microcristalli rimuove le cellule morte, stimolando la produzione di collagene ed elastina per colpire linee sottili e migliorare anche colore e consistenza.

Mesoterapia corpo | con Mesogun

150 € | **170 €**

Trattamento bioristrutturante che attraverso iniezioni di principi attivi combinabili, ringiovanisce, rassoda la pelle e riduce il grasso in eccesso. Può anche essere effettuato mediante un evoluto dispositivo, il Mesogun, che permette un trattamento veloce ed indolore.

Mesoterapia con ozono intratissutale

100 €

Per adiposità localizzate, pannicolopatia fibrosclerotica (cellulite) ed insufficienza venosa.

Trattamento elasticizzante corpo intensivo

500 €

Trattamento bioristrutturante che aiuta a migliorare il tono, la consistenza, l'idratazione della pelle. Può essere trattata qualsiasi zona del corpo.

Trattamento biorivitalizzante del cuoio capelluto

180 € una seduta

L'infiltrazione di principi attivi stimola lo sviluppo di nuove cellule e la produzione di proteine della matrice dermica. Ciò si traduce nella ricrescita e maggiore resistenza dei capelli.

FISIOTERAPIA

Massaggio tecnico linfodrenante 50 min | 80 min

100 € | 140 €

Riduce la tensione muscolare, favorisce la circolazione sanguigna e il drenaggio, alleviando lo stato di stress ed ottenendo un risultato di rilassamento e riposo.

Massaggio fisioterapico sportivo total body | 50 min

100 €

Manipolazione di zone ben precise in funzione dell'area colpita dalla contrattura. Gli obiettivi sono: allentare le tensioni muscolari, ridurre il dolore da esse indotto e velocizzare il recupero. Le contratture muscolari possono colpire anche persone che non praticano alcuno sport ma che sono soggette a movimenti ripetuti o posture scorrette.

Massaggio sportivo defaticante gambe | 25 min

60 €

Ideale per sportivi e non, che al ritorno da un allenamento intenso vogliono smaltire l'acido lattico e le tossine. Velocizza il recupero per tornare in campo e migliora il circolo venoso.

Seduta di terapia manuale viscerale con focus sull'apparato digerente | 50 min

110 €

Terapia manuale che ha lo scopo di mobilizzare gli organi interni con un particolare focus sull'apparato digerente. Migliorando la mobilità si ottengono benefici nella digestione, risvegliando in caso di necessità l'intestino pigro.

Seduta mista di terapia manuale e massaggio decontratturante schiena | 50 min

110 €

Terapia manuale e massaggio per alleviare il dolore muscolo-scheletrico.

I trattamenti proposti danno diritto all'ingresso di 3 ore al percorso tradizionale di Varsana SPA di Palazzo di Varignana, dal lunedì al venerdì.

I trattamenti medici saranno erogati con rapporto diretto medico paziente. Le informazioni sullo stato di salute saranno pertanto trattate esclusivamente dal singolo professionista.

Contatti

+39.051.19939918

annamaria.acquaviva@palazzodivarignana.com

presso

Palazzo di Varignana

Via Ca' Masino 611 A

40024 Varignana BO

palazzodivarignana.com