



AZEENA
LONGEVITY INSTITUTE

CORPORATE STRESS RESET

CUPRINS

Introducere	2
Cui se adresează	3
Beneficii	4
Echipa multidisciplinară	6
Structura programului	8
ETAPA I - Evaluare	10
ETAPA II - Plan medical personalizat	17
Tehnologie utilizată	24
Cum te programezi	27
FAQ	29



CORPORATE STRESS RESET

Programul AZEENA Corporate anti-stres și de prevenție a burnout-ului

Conceput pentru a reduce stresul cronic, a restabili echilibrul neuroendocrin și a preveni instalarea burnout-ului, CORPORATE STRESS RESET este un program medical avansat care combină neuroștiința, evaluarea funcțională, tehnologia de reglare autonomă și intervențiile mind-body pentru a reface capacitatea naturală a organismului de adaptare la stres.

Programul abordează în mod integrat sistemul nervos autonom, axa hipotalamo-hipofizo-adrenală (HPA), calitatea somnului, inflamația sistemică, funcția metabolică și sănătatea cardiovasculară, oferind rezultate rapide, măsurabile și sustenabile.

CUI SE ADRESEAZĂ

- Persoanelor care se confruntă cu stres cronic, epuizare, iritabilitate, suprasolicitare cognitivă sau scăderea capacității de concentrare
- Persoanelor cu tulburări de somn, insomnii, somn fragmentat sau dificultăți de adormire
- Celor care simt scăderea energiei, fatigabilitate persistentă sau dificultăți în recuperarea după efort
- Celor care prezintă semne de suprasolicitare neurohormonală
- Celor care vor o resetare profundă a organismului și revenirea la o stare de echilibru mental și fizic

BENEFICII

Resetare neurohormonală

– normalizarea secreției de cortizol, optimizarea raportului DHEA-cortizol și susținerea producției naturale de melatonină

Somn profund și coerent

– îmbunătățirea arhitecturii somnului și reglarea ritmului nictemeral

Îmbunătățirea energiei și clarității mentale

– reducerea percepției de fatigabilitate, optimizarea funcțiilor executive și creșterea rezilienței psihice

Reglarea sistemului nervos autonom

– reducerea hiperactivării simpatice și îmbunătățirea răspunsului parasimpatic

Reducerea durerilor musculoscheletale

– prin proceduri de miorelaxare, crioterapie și tehnici de eliberare a tensiunii

Reducerea riscului cardio-metabolic și neuropsihic

– prin intervenții medicale integrate asupra markerilor de risc

ECHIPA MULTI- DISCIPLINARĂ





Medic specialist de longevitate

Integrează datele medicale și definește planul personalizat.

Medic specialist endocrinolog

Evaluează echilibrul hormonal și metabolic.

Medic specialist cardiolog

Realizează evaluarea cardiovasculară și riscul autonom.

Medic specialist medicină internă/ gastroenterolog

Evaluează funcția digestivă și inflamația sistemică.

Medic specialist neurolog

Evaluează funcția neurologică, cognitivă și a sistemului nervos autonom.

Medic specialist medicină de recuperare

Evaluează postura, mobilitatea și sănătatea aparatului locomotor.

Medic specialist stomatolog

Evaluează sănătatea orală și identifică factorii inflamatori cu impact sistemic.

Nutriționist/specialist nutrigenetică

Realizează un plan alimentar personalizat pentru reglarea neuro-endocrină.

Psiholog

Oferă evaluare cognitivă și suport emoțional.

Specialist somnologie

Interpretează poligrafia și oferă suport în optimizarea somnului.

Health coach

Oferă suport comportamental, motivație și implementarea schimbărilor de stil de viață pentru menținerea rezultatelor.

Navigator medical

Coordonează parcursul pacientului, programările, comunicarea cu echipa medicală și continuitatea îngrijirii.

Terapeut

Aplică terapii de recuperare, relaxare și reglare funcțională, conform planului medical.

Asistent medical

Oferă suport clinic, administrează terapiile și monitorizează siguranța pacientului pe durata programului.



STRUCTURA PROGRAMULUI

Programul este compus din 2 ETAPE

ETAPA I - Evaluare

O radiografie completă a sănătății biologice, de la analize și imagistică până la genetică și metabolomică.

ETAPA II - Plan medical personalizat

Intervenții țintite și terapii integrate, adaptate profilului fiecărui pacient, pentru resetare și regenerare.

ETAPA I EVALUARE





ETAPA I - Evaluare

Evaluarea include consultații multidisciplinare, investigații avansate și analiză integrată menită să contureze o imagine completă asupra statusului hormonal, metabolic, cardiovascular, cognitiv și autonom.

A. Consultații medicale specializate

- Evaluare longevitate & anamneză extinsă & plan terapeutic
 - Consultație endocrinologie
 - Consultație cardiologie
 - Consultație medicina internă/
gastroenterologie
 - Consultație neurologică
 - Evaluare musculo-scheletală și posturală
 - Consiliere psihologică
 - Consultație stomatologică
-

B. Consiliere nutriție/nutrigenetică

C. Evaluări medicale

- InBody 770 - Analiza compoziției corporale
 - ECG
 - Vârsta arterelor
 - Ecocardiografie
 - Ecografie abdominală
 - Ecografie tiroidiană
 - Ecografie Doppler carotidian
 - Poligrafie (evaluarea somnului)
 - Cognitive Check CNS Vital
 - Oligoscan
 - Evaluarea somnului prin dispozitiv wearable
 - Radiografie dentară panoramică
-

D. Evaluări funcționale

- RMR - Rată metabolică repaus
 - VO2Max
-

E. Analize medicale

- Status inflamator & stres oxidativ
 - Status hormonal
 - Status metabolic
 - Micronutrienți
 - Hematologie
 - Biochimie
-

F. Testări avansate genetică & epigenetică

- TrueAge
 - TrueHealth
 - DNACore
 - GIMap (microbiom)
 - Screening oncogenetic 85 gene
-

G. Board Review

Analiză integrată a cazului de către medicul de longevitate și specialiștii implicați, pentru corelarea rezultatelor și validarea planului medical personalizat.

H.

Onboarding Navigator medical

Preluarea pacientului încă de la începutul programului și ghidarea acestuia pe tot parcursul etapelor, asigurând coordonarea investigațiilor, comunicarea cu echipa medicală și continuitatea îngrijirii.

Ce primești la finalul evaluării

Dosar digital CORPORATE STRESS RESET, securizat cu toate rezultatele, imagini și interpretări, plan terapeutic personalizat.

Consultații medicale specializate

Evaluare longevitate & anamneză extinsă	1
--	---

Consultație endocrinologie	-
----------------------------	---

Consultație medicină internă/ gastroenterologie	-
--	---

Consultație cardiologie	-
-------------------------	---

Evaluare musculo-scheletală și posturală	1
---	---

Consultație neurologie	-
------------------------	---

Consiliere psihologică	1
------------------------	---

Evaluare longevitate & plan terapeutic	1
---	---

Consultație stomatologică	1
---------------------------	---

Nutriție/nutrigenetică

Consiliere nutriție	1
---------------------	---

Evaluări medicale

InBody 770 - Analiza compoziției corporale	1
ECG	1
Vârsta arterelor	1
Ecocardiografie	-
Ecografie abdominală	-
Ecografie tiroidiană	-
Ecografie Doppler carotidian	-
Poligrafie (evaluarea somnului)	-
Cognitive Check CNS Vital	1
Oligoscan	1
Evaluare somnului prin dispozitiv wearable	1
Radiografie dentară panoramică	1

Evaluări funcționale

RMR - Rată metabolică repaus	-
VO2Max	-

Analize medicale

Status inflamator & stres oxidativ	-
Status hormonal	-
Status metabolic	-
Micronutrienți	-
Hematologie	-
Biochimie	-

Testări avansate genetică

TruAge	-
TruHealth	-
DNA Core	-
Screening oncogenetic 85 gene	-
GI-Map (Microbiom)	-

Valoare totală ETAPA I

de la **900** EURO

ETAPA II
PLAN
MEDICAL
PERSONALIZAT





ETAPA II - Plan medical personalizat

Această etapă include intervenții țintite, terapii integrate și proceduri avansate ce vizează resetarea axei HPA, reglarea sistemului nervos autonom, reducerea inflamației și refacerea energiei.

A. **Nutriție & Gut health**

Reset digestiv și plan alimentar personalizat, susținute de suplimente și terapii detox care reface energia și echilibrul metabolic.

- Plan nutriție personalizat
 - Follow-up nutriție
 - Insuflații rectale Ozon
(pentru refacerea microbiomului)
-

B. **Follow-up medic de longevitate**

C. **Terapie & Regenerare**

Detox profund și revitalizare prin perfuzii IV terapii celulare și proceduri inovatoare care redau energie și echilibru.

- Terapii intravenoase:
IV Detox Max / IV neuro-optimizer (NAD+)
 - Ozonoterapie - autohemoterapie majoră
 - Triple Detox
-

D. **Recovery&Wellness**

Relaxare profundă, stimularea circulației și accelerarea proceselor de refacere celulară.

- Saună infrared
 - Crioterapie
 - Saună cu Ozon
 - Masaj terapeutic
 - Drenaj limfatic - presoterapie
 - Împachetări corporale Detox
 - Tratament facial + masaj
-

E. **MindBody & Coaching**

Reglare neuro-emoțională, reducerea stresului și optimizarea funcțiilor cognitive prin terapii de relaxare profundă, stimulare neurosenzorială și coaching personalizat, pentru echilibru mental și performanță pe termen lung.

- Zestos Dryfloat
- Vibroacoustic Therapy BrainGym
- Fotobiomodulare cerebrală NeuroVIZR
- Yoga
- Pilates
- Health Coaching/Stress Management Coaching

F. **Healthy Living Academy**

Acces la groupon talks, ateliere, antrenamente de grup.

La finalul programului, pacientul își recâștigă echilibrul metabolic și hormonal, capacitatea de adaptare la stres, calitatea somnului, energia zilnică, claritatea mentală și reziliența emoțională.

Nutriție & Gut Health

Plan nutriție personalizat	-
Follow-up nutriție	-
Insuflații rectale cu Ozon	4

Follow up medic longevitate	1
-----------------------------	---

Terapie & Regenerare

IV Detox Max	4
IV Neuro - optimizer NAD+	-
Ozonoterapie (autohemoterapie majoră)	2
Triple Detox	3

Recovery&Wellness

Masaj terapeutic	2
Saună infrared	16
Crioterapie	6
Saună cu ozon	4
Drenaj limfatic - Presoterapie	6
Împachetări corporale Detox	-
Tratament facial + masaj	-

MindBody & Coaching

Zestos Dryfloat	6
BrainGym	6
Fotobiomodulare cerebrală NeuroVIZR	6
Yoga	3
Health Coaching/ Stress Managment Coaching	3
Pilates	3

Acces preferențial ETAPA II de la **2099** EURO

Valoare totală ETAPA II de la **3340** EURO

Beneficii

Discounturi preferențiale 20-50% la procedurile Recovery&Wellness din program

Programare de urgență în 24h la oricare medic din echipa AZEENA

Prioritate programări în termen de 3 zile, la oricare medic din echipa AZEENA

Prioritate evenimente pentru comunitate (evenimente/work-shop/webinarii/acces la group talks)

Navigator medical dedicat pe tot parcursul programului

5% discount suplimentar la plata integrală

Modalități de plată:

ETAPA 1

Plată integrală la începutul programului

ETAPA 2

Plată eşalonată în 3 rate lunare

→ 50% în prima lună

→ 25% în luna a doua

→ 25% în luna a treia

TEHNOLOGIE UTILIZATĂ





Programul integrează tehnologii avansate de evaluare și reglare autonomă, menite să reducă stresul biologic, să normalizeze funcția neurohormonală și să accelereze procesele de recuperare.

Analiză corporală InBody

Evaluarea compoziției corporale și a echilibrului hidric.

OligoScan

Determinarea statusului mineral și a nivelului de metale grele.

Terapie IV si Triple Detox

Perfuzii personalizate pentru susținerea metabolismului și detoxifiere celulară.

Fotobiomodulare cerebrală NeuroVIZR

Stimulare cerebrală non-invazivă prin lumină și frecvențe specifice, utilizată pentru reglarea sistemului nervos, reducerea stresului și susținerea funcției cognitive.

Poligrafie portabilă

Monitorizează calitatea somnului și evidențiază disfuncțiile care împiedică recuperarea neurohormonală.

Ozonoterapie

Oxygenare tisulară și reducerea inflamației locale și sistemice.

Crioterapie și saună infrared

Stimularea circulației, refacerea celulară și reducerea stresului oxidativ.

Terapie vibroacustică BrainGym și Zestos DryFloat

Relaxare profundă și reglarea sistemului nervos autonom.

CUM TE PROGRAMEZI





-
01. Completezi formularul online sau faci o programare telefonică
 02. Împreună cu navigatorul medical planifici datele pentru programare
 03. Beneficiezi de concierge pentru logistică, cazare și transport
-

FAQ FREQUENTLY ASKED QUESTIONS



01. În ce constă evaluarea pentru CORPORATE STRESS RESET?

Evaluarea include consultații multidisciplinare, analize, investigații funcționale și testări dedicate somnului, sistemului nervos autonom și axei HPA, pentru a stabili un plan medical personalizat.

02. Cât durează programul CORPORATE STRESS RESET?

Programul se desfășoară în două etape – evaluare și intervenție –, iar durata totală depinde de planul terapeutic recomandat și de disponibilitatea pacientului.

03. Este necesară o pregătire specială înainte de evaluare?

Da. Se recomandă repaus alimentar de 8 ore înainte de analizele de sânge și evitarea consumului de cafeină sau alcool în ziua polisomnografiei. Navigatorul medical transmite toate detaliile înainte de programare.

04. Ce diferențiază acest program de alte programe de „antistres” sau „wellness”?

Programul este medical, bazat pe evaluări obiective și intervenții neuroendocrine personalizate. Scopul este resetarea axei HPA, îmbunătățirea HRV, optimizarea somnului și prevenirea burnout-ului, nu doar relaxarea temporară.

05. Pot continua tratamentele cronice în timpul programului?

Da, programul este adaptat complet istoricului medical și tratamentelor în curs, sub supravegherea medicului de longevitate.

06. Când apar primele rezultate?

Majoritatea pacienților raportează îmbunătățirea somnului, scăderea tensiunii nervoase și creșterea energiei în 7-10 zile, iar markerii de stres și HRV se pot îmbunătăți în primele 3-6 săptămâni.

07. Programul este potrivit pentru oricine?

Da, cu excepția persoanelor cu boli acute sau instabilitate cardiovasculară severă. Programul este conceput pentru cei care se confruntă cu stres cronic, oboseală, tulburări de somn sau risc de burnout.

AZEENA

LONGEVITY INSTITUTE

AZEENA Longevity Institute

Splaiul Protopop Meleție Drăghici 3,
ISHO A, Timișoara

+40 721 136 436
info@azeena.ro

www.azeena.ro