

**BE
HEALTHY
STAY YOUNG**

REGENERATE
CRYO



IL FENOMENO DELLA CRIOTERAPIA

REGENERATE CRYO

CENNI STORICI

La pratica della **crioterapia** ha presupposti antichissimi: in papiri dell'Antico Egitto si trovano, infatti, riferimenti al freddo come metodo di cura per le infiammazioni, e nel 400 A.C. Ippocrate prescriveva il freddo per **lenire infiammazioni**, tumefazioni e dolore.

Il freddo trova altre applicazioni anche in epoca più moderna, come nel caso della cura per nevralgie ed emicrania ideata nel 1845 dal Dr. James Arnott, o come per il trattamento di verruche e lupus nel 1907.

Alla fine degli anni '70, il reumatologo giapponese Toshima Yamaguchi sperimenta il trattamento della **crioterapia locale** per la cura dell'artrite reumatoide e di altre patologie dolorose. Nei decenni successivi ulteriori ricerche in diversi paesi del mondo hanno portato alla scoperta degli effetti nel trattamento delle infiammazioni, anche croniche, e nei benefici prodotti sugli atleti professionisti se introdotta nel programma di allenamento.

Successivamente, si è assistito a un proliferare di interventi e pubblicazioni non più solo di carattere medico o fisioterapico, ma estesi anche al settore estetico e del benessere della persona, riguardanti gli innumerevoli **effetti positivi della crioterapia sistemica** (Total Body fra -85°C e -110°C) o locale (tramite un getto d'aria a -32°C).

Il cliente fruisce della crioterapia sistemica in una cabina chiusa in sessioni generalmente della durata di 3 minuti (si può arrivare fino a 5), ottenendo benefici anche da **una sola seduta di crioterapia**, pur essendo più efficace se usata regolarmente. La frequenza dei trattamenti può variare dalle **due volte a settimana**, per uno stimolo periodico dell'organismo, fino all'utilizzo intenso che ne fanno gli atleti professionisti, ormai abituati a fruire della crioterapia fino a due volte al giorno, al termine di ogni sessione di allenamento.

CRIOTERAPIA ELETTRICA O AD AZOTO?

Agli albori la crioterapia utilizzava serbatoi di azoto per ottenere le basse temperature richieste; nell'ultimo ventennio i progressi della tecnologia hanno consentito **metodi più sicuri ed efficienti** per fornire la crioterapia, come l'utilizzo dell'**elettricità** per produrre **aria fredda** e refrigerata attraverso compressori, una modalità del tutto simile a un grande congelatore. I sistemi di tipo "elettrico" sono calpestabili, funzionano in cabine che possono contenere da una a cinque persone e l'aria è sicura da respirare, non contenendo alte concentrazioni di azoto.

La differenza più evidente tra i due sistemi è che la crioterapia ad **azoto liquido** espone al rischio di entrare in contatto con **gas potenzialmente nocivi**, richiedendo - prudenzialmente - che la testa del cliente resti fuori dalla cabina, ma conservando il rischio di effetti collaterali derivanti da **ustioni da contatto con azoto liquido**, sensazione di testa vuota e problemi respiratori. Tutte circostanze non verificabili nella crioterapia "elettrica". Inoltre, la maggiore efficacia della Criocamera elettrica rispetto alla Criosauna ad azoto è evidente analizzando l'effetto termico a fine seduta.



CRIOSAUNA AD AZOTO



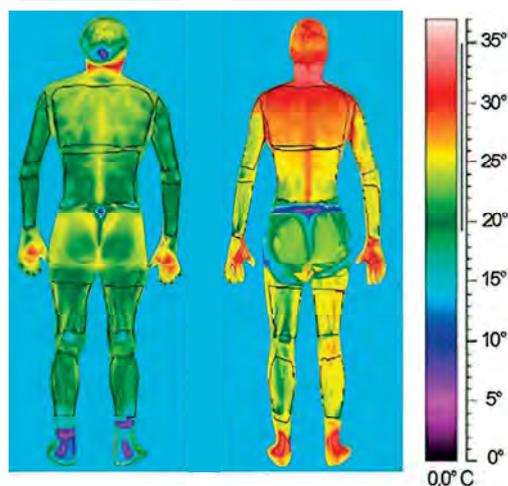
CRIOCAMERA ELETTRICA

CRIOCAMERA ELETTRICA

Rischio di ustione da Azoto	NESSUNO
Costo del Trattamento	BASSO
Rischi da esposizione ai gas	NESSUNO
Temperatura del corpo a fine terapia	16,0°C

CRIOSAUNA AD AZOTO

Rischio di ustione da Azoto	ALTO
Costo del Trattamento	ALTO
Rischi da esposizione ai gas	ALTO
Temperatura del corpo a fine terapia	25,5°C



**QUALI SONO
I VANTAGGI?**

REGENERATE CRYO

VANTAGGI E BENEFICI DELLA CRIOTERAPIA

Nella camera criogenica, il corpo umano reagisce a una temperatura fra -85° e -110° C per un tempo di esposizione in genere di **3 minuti** (può arrivare al massimo a 5 minuti). Ciò può indurre, fra l'altro, il **rilascio di endorfine**, attivare il **sistema immunitario**, **migliorare la circolazione** sanguigna e linfatica - in particolare la microcircolazione -, **aumentare il metabolismo**, **disintossicare le cellule**, attivare i processi di **rigenerazione dei tessuti** e dare un senso di **benessere generale**. Grazie alla crioterapia sistemica, tutti gli organi possono trovare giovamento attraverso una forma di trattamento efficace e non invasiva, adatta a un ampio spettro di applicazioni.



MIGLIORAMENTO DELLA FORMA FISICA, DEL DRENAGGIO LINFATICO E DELLA CIRCOLAZIONE SANGUIGNA



ACCELERAZIONE NEL RECUPERO DA ALLENAMENTI INTENSIVI O SPORT ESTREMI



POTENZIAMENTO DELLA RIGENERAZIONE TESSUTALE



DIMINUZIONE DEL SENSO DI AFFATICAMENTO



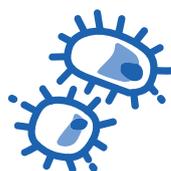
MIGLIORA IL BENESSERE FISICO ALLEVIANDO I FASTIDI MUSCOLARI DA SOVRACCARICO



TRATTAMENTO ENERGIZZANTE



CONTRASTA LA COMPARSA DI RUGHE E CELLULITE



ACCELERAZIONE DEL METABOLISMO. CONSUMO DI 600KCAL (EQUIVALENTE A CIRCA 60 MINUTI DI JOGGING)

MECCANISMO DIAZIONE

Il principale cambiamento causato dalla **crioterapia sistemica** sul corpo umano è legato alla **riduzione della temperatura** dei tessuti esterni.

Questa variazione è accompagnata da una riduzione della temperatura corporea interna, seppur di minore entità. Lo shock sensoriale porta a una **stimolazione del sistema nervoso** autonomo, che comporta un aumento dei livelli di noradrenalina, della **pressione sanguigna** e della **frequenza cardiaca**.

Quando il corpo è esposto a un raffreddamento estremo, i vasi sanguigni si restringono e **riducono il flusso sanguigno nelle aree infiammate**. Una volta fuori dalla camera criogenica, i vasi si espandono e nel sangue si riscontra una maggiore presenza di proteine antinfiammatorie.

UNA NUOVA GAMMA DI BENEFICI

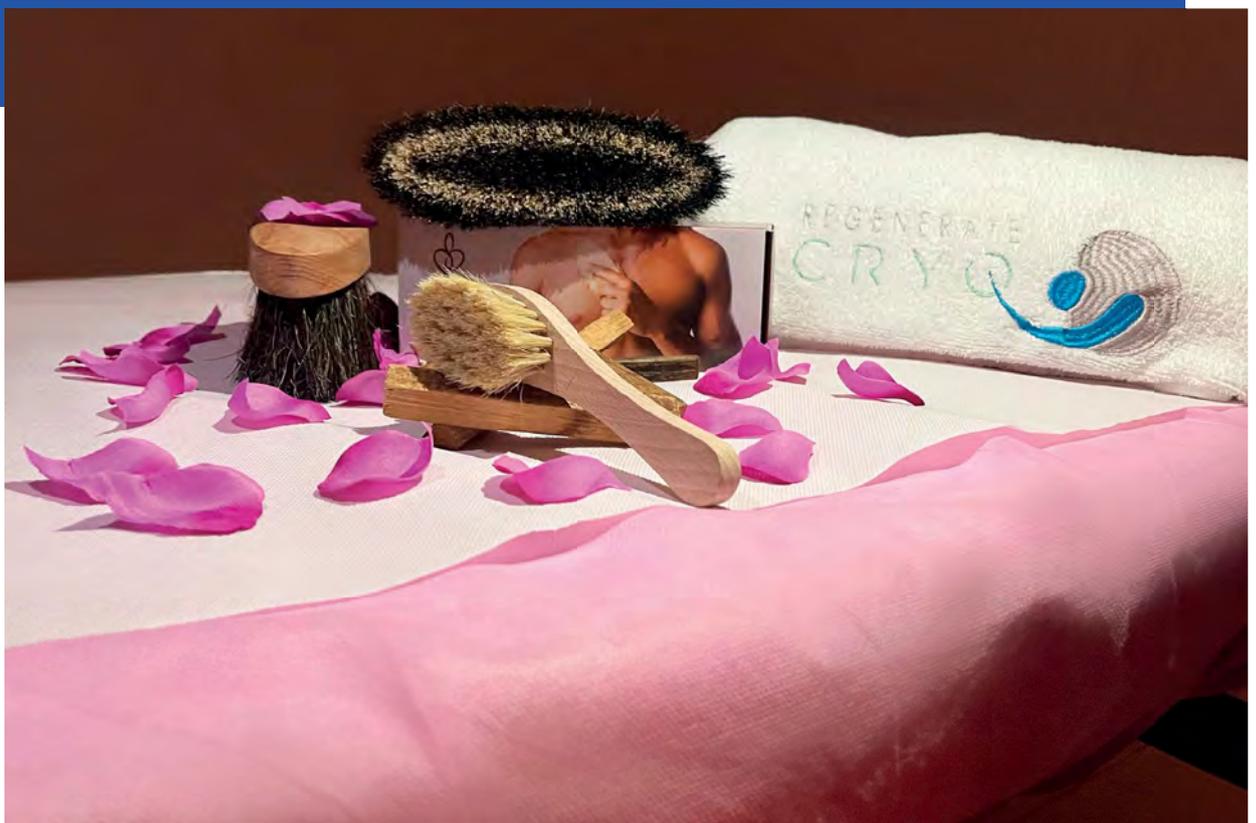
REGENERATE CRYO

DRY BRUSHING

Il trattamento giusto per il benessere della tua pelle e circolazione linfatica

Lo sfioramento ritmico e con moderata pressione, di spazzole in fibre naturali, genera un delicato **effetto esfoliante** sulla pelle, stimola la produzione di elastina e collagene, **attivando la circolazione linfatica**.

È un trattamento che regala splendide sensazioni, sia quando seguito da un massaggio, permettendo di enfatizzarne gli effetti, sia quando precede l'ingresso in Cryocamera, attenuando la sensazione di freddo e amplificandone i benefici.



IL NOSTRO CENTRO

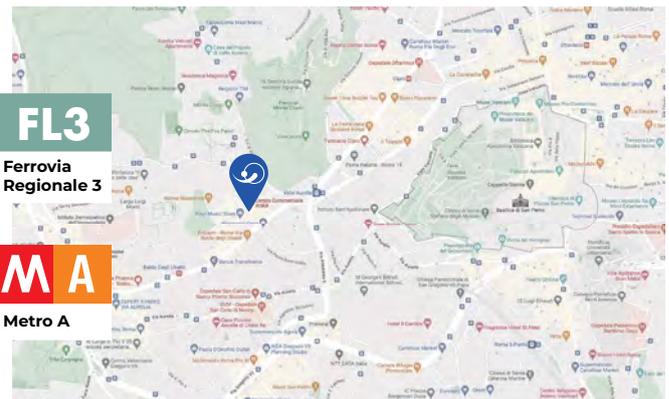
REGENERATE CRYO

LA NOSTRA LOCATION

Ci puoi trovare a Roma, all'interno del Centro Commerciale "Aura Valle Aurelia", raggiungibile in auto percorrendo Via Baldo degli Ubaldi, distante appena 600 m in linea d'aria dal confine con lo Stato Città del Vaticano.

- 🌀 700 parcheggi gratuiti per le prime 3 ore di sosta
- 🌀 Fermata Metro A Valle Aurelia
- 🌀 Stazione Valle Aurelia della linea FS urbana FL3 Roma-Viterbo
- 🌀 Bus 31, 33, 247, 490 e 495

AURA
VALLE AURELIA





Un ambiente accogliente e rilassante dove verrai coccolato grazie alla diffusione di essenze aromatiche, filmati emozionali e melodie musicali.



I NOSTRI MACCHINARI

Crioterapia Sistemica Total Body

Il centro presenta un modello particolarmente innovativo di cabina per la crioterapia sistemica prodotto da **Mecotec GmbH**, leader mondiale della crioterapia elettrica.

La cabina è costantemente raffreddata a una temperatura non superiore a -85°C .

Le **dimensioni** sono **“doppie”** (dimensioni interne 120x120) rispetto alla cabina standard: ciò consente **l'accesso a coppie** di clienti, **con tariffe ridotte** e programmi personalizzati per la coppia.

Le dimensioni permettono, inoltre, una migliore vivibilità della cabina anche per l'utente singolo.



I NOSTRI MACCHINARI

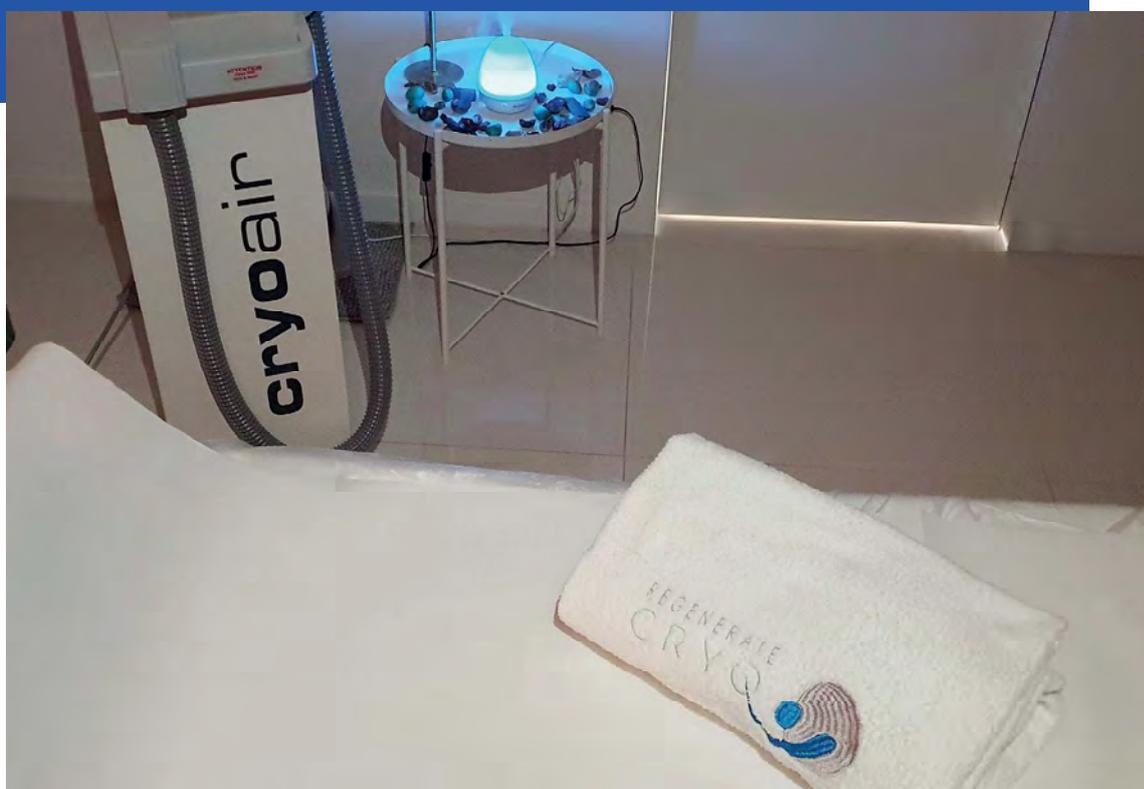
Crioterapia localizzata a getto d'aria

Il centro è dotato anche di un sistema avanzato per la **crioterapia elettrica** (senza azoto) **locale**, che agisce attraverso un **getto d'aria**, anch'esso prodotto da Mecotec GmbH.

Il getto d'aria è a una temperatura di -32°C e può essere applicato su diverse parti del corpo, producendo una **vasta gamma di benefici** sulla parte trattata.

Per risultati a livello estetico possono, ad esempio, essere trattati il volto, le cosce o i glutei, con l'obiettivo di **distendere e rassodare la pelle** e per attivare la microcircolazione.

La cryoair -32°C è molto efficace anche per aiutare gli sportivi a **recuperare rapidamente la forma fisica**.





**CI SONO PERSONE CHE ANCORA
NON L'HANNO PROVATA**

**TUTTI GLI ALTRI NON POSSONO
PIÙ FARNE A MENO**



REGENERATE CRYO
Viale di Valle Aurelia, 30
Centro Commerciale AURA Valle Aurelia
00167 Roma

www.regeneratecryo.it



roma.aura@regeneratecryo.it



+39 06 541 2805



[@regeneratecryo](https://www.instagram.com/regeneratecryo)



[regeneratecryo](https://www.facebook.com/regeneratecryo)

Il presente documento non è finalizzato a diagnosticare, trattare, curare, definire terapie o prevenire alcuna malattia o disturbo. Le informazioni sono messe a disposizione esclusivamente per scopi divulgativi. È necessario consultare il proprio medico per qualsiasi chiarimento ed, in particolare, in caso di presunta gravidanza, assunzione di farmaci, problemi cardiovascolari, di sindrome di Raynaud o altre condizioni mediche particolari.