



Concierge Executive Health


SAÚDE

PERFORMANCE

ROTINA

VINICIUS BORGES





O nível mais alto de **cuidado**
que uma pessoa pode receber.

Uma estrutura completa e
ultra personalizada onde
você não apenas melhora o
corpo você muda a vida
inteira.

Com um método flexível,
sem radicalismo onde o
ponto central é o equilíbrio.



O Concierge Executive Health é um serviço exclusivo que integra medicina do estilo de vida, treinamento personalizado, nutrição avançada, gestão comportamental, gestão ambiental, performance humana e esportiva, tudo centralizado em um só profissional que coordena **cada detalhe da sua evolução.**

Um acompanhamento ultra personalizado, pensado para pessoas que precisam de resultado com eficiência, previsibilidade e mínimo atrito.



**VOCÊ NÃO RECEBE APENAS UM
PLANO: VOCÊ RECEBE UMA EQUIPE
DENTRO DE UMA ÚNICA PESSOA.**

Sua performance pessoal no
mesmo nível da sua profissional

ANOS DE RESULTADOS EM 3 MESES

IMAGEM E PRESENÇA QUE
REFLETEM SEU VERDADEIRO NÍVEL.



Gallup + Lumina Foundation (2023) – 20 mil donos de negócios

20 mil donos de negócios:

- 45% relataram sentir-se esgotados todos os dias.
- 70% relatam níveis elevados de ansiedade relacionada ao trabalho.
- 28% têm burnout com impacto direto em humor e motivação (FGV + CNI, 2022–2023).

[Acesse aqui o link do estudo](#)

Universidade da Califórnia – Berkeley (2015–2022)

Estudo clássico com 242 empreendedores:

- 49% apresentaram sintomas de pelo menos um transtorno mental.
- 30% tiveram depressão clinicamente significativa.
- Probabilidade de depressão é 2x maior em empreendedores/executivos do que na população geral.

[Acesse aqui o link do estudo](#)

Empresários e executivos apresentam mais doenças físicas que trabalhadores comuns

Carga de
trabalho elevada

Estresse
crônico

Falta de sono

Alimentação
desregulada

Sedentarismo

Altos níveis
de cortisol.

Empresas cujos fundadores
apresentam burnout ou depressão
têm até **2,4x mais chance de
falhar nos 3 primeiros anos.**



Estudos mostram que empresários e executivos apresentam mais doenças físicas que trabalhadores comuns devido a:

carga de trabalho elevada, estresse crônico, falta de sono, alimentação desregulada, sedentarismo, altos níveis de cortisol.

Percentuais globais

Harvard Business Review, Gallup, Mayo Clinic:

- 80% possuem composição física e peso corporal inadequados;
- 76% dos empresários apresentam alguma condição física crônica;
- 48% têm sintomas de dores musculoesqueléticas constantes;
- 42% têm problemas gastrointestinais relacionados ao estresse;
- 30% apresentam hipertensão e probabilidade 2,5 vezes maior em desenvolver;
- 27% desenvolvem alterações metabólicas (pré-diabetes, glicemia instável);
- 22% têm distúrbios de sono com impacto fisiológico direto;
- 18% relatam dores torácicas e palpitações recorrentes;
- 70% mais riscos de infarto.

Estrutura

1 Acompanhamento médico

Supervisão clínica para garantir segurança, evolução e tomada de decisão com excelência. Consulta inicial com cardiologista e dermatologista e acompanhamento com endocrinologista. Protocolo para melhora da pele, suplementação através de injetáveis ou manipulados de vitaminas ou farmacológicos por indicação médica ou opção por esse caminho. Inclui tizerpatida e hormônios.

2 Encontros presenciais até 3 períodos diários

Seja para treinar 2 períodos, acompanhar a alimentação, gerenciar o ambiente para maximizar resultados com eficiência, respeitando a agenda, o biotipo e o objetivo individual.

3 Consultoria estratégica contínua

Apoio com plano de ação, técnicas comportamentais, organização da rotina e curadoria de hábitos que sustentam alta performance.

4 Elevação do nível de performance e estilo de vida

Acompanhamento privado em sessões internas e externas para condicionamento físico (na rotina ou em viagens) promovendo aumento consistente do gasto energético e da vitalidade diária.

5 Estratégias nutricionais e física de alta performance

Protocolos elaborados sob medida para emagrecimento, recomposição corporal, performance esportiva ou longevidade.

Gestão nutricional personalizada e flexível.

6

Acompanhamento híbrido em refeições e orientação em tempo real para escolhas inteligentes, práticas e alinhadas ao objetivo. Sem cortar alimentos, buscando o equilíbrio entre valor nutricional e emocional do alimento. Melhores opções e nutrientes de hamburguês, pizza, esfihas, churrascos, doces e etc.

7

Consultoria nutricional corporativa

Atendimento estendido para funcionários, quando aplicável, gestão de compras alimentares, garantindo bem-estar e produtividade ao ambiente ao redor do cliente.

Introdução/acompanhamento a modalidades esportivas

8

Modalidades de praia (surf, beach tennis, vôlei, natação).
Modalidades de quadra (Tênis, futebol, vôlei).
Modalidades de rua (Corrida, bike e triathlon).
Modalidades em piscina (natação).
Modalidades de luta (Muay Thai e boxe).

9

Preparação/acompanhamento para provas esportivas

Construção de estratégias físicas, mentais e nutricionais para competições, acompanhamento em eventos e desafios esportivos.

Avaliação física periódica de precisão

10

Monitoramento avançado de composição corporal, métricas de performance e marcadores fisiológicos.

11 Curadoria de exames laboratoriais

Guia completo de exames e teste genético com interpretação especializada para acompanhamento clínico.

Acompanhamento on-line ilimitado **12**

Suporte contínuo, dinâmico e responsivo para ajustes imediatos e decisões estratégicas no dia a dia.

13 Acompanhamento psicológico

2 a 3 encontros ao mês com cuidado integral da saúde emocional com profissional especializado, trazendo equilíbrio, foco e estabilidade.

Gerenciamento completo do ambiente **14**

Intervenções específicas para otimizar rotina, hábitos, logística, gatilhos e tomada de decisão — transformando o ambiente em aliado permanente.



**IMAGEM QUE COMUNICA
AUTORIDADE, SEM DIZER
UMA PALAVRA.**





PREVISIBILIDADE DE RETORNO

CURTO PRAZO

- Sinergia entre imagem e competência. A vida pessoal acompanhando o seu nível nos negócios, com uma imagem que comunica sem dizer uma palavra. Alinhamento entre quem você é e o que entrega. Performance pessoal e profissional conectadas;
- Perda de peso de 0,8 a 1,2 kg/ semana orgânico ou 1,2 a 2kg/semana com estratégias farmacológicas;
- Ganho de músculo esperado de 1kg/mês orgânico ou 2 a 3 kg/mês com estratégias farmacológicas;
- Melhora em todas áreas da vida e estatísticas citados acima;
- Melhora dos parâmetros metabólicos em até 50% do excesso em 3 meses: Glicemia, colesterol, hipertensão e outros marcadores bioquímicos;
- Melhora do condicionamento físico com o aumento de VO2max podendo passar até 900 mil litros de oxigênio a mais na corrente sanguínea por ano;
- Parâmetros sociais: Performance do trabalho, diminuição de dores, aptidão física, desempenho sexual e etc.

MÉDIO PRAZO

- ROI: 391% — a cada 1 euro investido em saúde, evitam-se 3,91 euros em gastos médicos. *Fonte: Sport England.* [Acesse aqui o link do estudo](#)
- Melhora da saúde e estética.
- Redução de custos com medicamentos para emagrecimento e doenças metabólicas/mentais (2 a 5 mil/mês).
- Redução de custos com cirurgias bariátricas, lipo e outros procedimentos (50 a 100 mil).
- Redução de custos com internações (5 a 10 mil para UTI).

LONGO PRAZO

- Redução da mortalidade em até 37%.
[Acesse aqui o link do estudo](#)
- 6 a 13 anos adicionais só a mudança de hábitos alimentares.
[Acesse aqui o link do estudo](#)
- 3 a 4,5 anos a mais para prática regular de exercício
[Acesse aqui o link do estudo](#)



VINICIUS BORGES

Integro ciência, esporte e comportamento humano para transformar saúde e performance de forma consistente e responsável. Acredito que resultados sólidos nascem da união entre conhecimento, método e disciplina diária.

Como nutricionista, educador físico e atleta de alto rendimento, aplico fisiologia e estratégia para gerar evolução real em diferentes perfis, sempre com clareza, objetividade e resultados mensuráveis.

Sou pai da Olivia e marido da Paula — minha base e motivação. Vivo e trabalho guiado por propósito, equilíbrio e excelência, valores que levo para cada pessoa que acompanha comigo. **Centenas de resultados documentados através de depoimentos e imagens (solicitar material);**

MINHAS FORMAÇÕES

Formação acadêmica

Nutrição, Educação Física e Pós
Graduação em Fisiologia do Exercício
(UNIFESP)

Formação prática

+ 10000 aulas de Personal Trainer;
+ 1000 consultas nutricionais para
recomposição corporal e esportiva;
+ 500 consultas
nutricionais/comportamentais com
pacientes obesos e pré bariátricos
(Clinica Gapo);

Formação esportiva

- 5 vezes seleção brasileira de natação;
- Campeão e recordista Paulista;
- Top 5 Copa do mundo de Natação;
- Vice Campeão Mundial Master de
Natação.
- Campeão Etapa Troféu Brasil de
Triathlon;

M É T O D O D E T R A B A L H O

O ser humano opera, de forma geral, dentro de duas grandes linhas comportamentais que determinam sua velocidade de mudança, capacidade de adesão e estilo de resultado.

Linha Progressista / Flexível

Estratégia baseada em ajustes contínuos, evolutivos e sustentáveis.

- Mudanças graduais ao longo do tempo
- Menor ruptura com a rotina atual
- Alta previsibilidade de adesão
- Resultados consistentes, porém em ritmo mais lento

É a abordagem ideal para quem busca equilíbrio, constância e evolução estrutural de longo prazo.

Linha Radicalista

Estratégia intensa e completamente direcionada ao objetivo, removendo tudo que atrapalha o processo.

- Regras claras e alto nível de comprometimento
- Redução drástica de comportamentos contrários ao objetivo
- Resultados rápidos e curvas aceleradas de progresso
- Exige responsabilidade e disciplina elevadas

É indicada para quem deseja resultado no menor tempo possível, sem desvios.

Como a escolha da linha é feita

Eu trabalho com ambas as abordagens. Antes de definir o caminho, realizo uma entrevista comportamental detalhada, avaliando:

- padrões de tomada de decisão
- histórico de adesão
- estilo de vida
- preferências pessoais
- gatilhos e limitações reais

A partir dessa análise, decidimos juntos qual linha utilizar — aquela que melhor combina velocidade desejada, rotina e personalidade

Linha Orgânica ou Não Orgânica

Após escolher a linha comportamental, discutimos — sempre em comum acordo e com supervisão médica quando necessária — se o processo seguirá:

- **Método Convencional / Orgânico**

Estruturado apenas por treinamento, nutrição, comportamento e estratégias de estilo de vida.

- **Método Não Orgânico / Farmacológico**

Incluindo o uso de ferramentas farmacológicas quando clinicamente indicado e por escolha pessoal, respeitando segurança, responsabilidade e objetivos.

Nível avançado de suporte, ideal para empresários, executivos, indivíduos e famílias que precisam de uma gestão mais próxima para mudança e organização 360° do estilo de vida, com planejamento profundo e evolução acelerada.

PLANO SILVER:

24 horas/mês presenciais + acompanhamento remoto integral.

PLANO GOLD:

32 horas/mês presenciais + acompanhamento remoto integral.

PLANO BLACK:

40 horas/mês presenciais + acompanhamento remoto integral.

PLANO EXCLUSIVE:

3 meses com 100% de exclusividade.

INVESTIMENTO: SOB CONSULTA.

V I N I C I U S B O R G E S

Contato:

(13) 982165359

vinicius.healthcare@gmail.com