



fashion

¡HOLA!
SEPTIEMBRE
2026

En portada

EUGENIA
de Hannover
LA PRINCESA
QUE NOS
INSPIRA

SOCIETY
GIRLS
AMIGAS,
NEGOCIOS
Y MODA

SPORT
MONEY
EL DEPORTE
COMO NUEVO
SÍMBOLO
DE ESTATUS

BELLEZA
CARTA DE
AMOR A
CUMPLIR
AÑOS

Una rentrée con

ENCANTO





fashion LONGEVIDAD

LA MEDICINA ENTRA EN EL SPA

Recorreremos espacios 'wellness' en los que la ciencia ocupa un lugar prioritario a través de exhaustivos programas y retiros de longevidad. Los médicos multidisciplinarios -internistas, neurólogos o ginecólogos- se coronan hoy como los reyes de la belleza y el bienestar.

Cuando hace un par de años **The Beauty Concept**, uno de los centros de belleza de referencia en la capital, inauguró su área de Medicina de Precisión e Integrativa, la primera persona en solicitar consulta fue su fundadora, Paz Torralba. Se puso en manos del doctor Vicente Mera, un reputado médico internista con más de dos décadas ejerciendo en Sha Spain y fichado por la propia Torralba para formar parte de un panel multidisciplinar que en septiembre se presentará a los medios de forma oficial. "Ha sido la mejor decisión de mi vida. Increíble.

Te organizan el deporte que tienes que hacer adaptado a tu físico, a tu estructura, a tu músculo. Te pautan la nutricosmética que debes tomar, no la que está de moda o la que te dice tu amiga, sino la que en función de la depuración de tu hígado y de cómo están tus órganos vas a asimilar. Te cuentan qué alimentos te sientan mal, cómo están tu salud intestinal (es importantísima), el cortisol, la histamina...", enumera la empresaria sobre su experiencia. Crear un área específica de Longevidad y traerse a los mejores expertos- ha sido un reto personal. "Es parte de la felicidad de un paciente. ¿Sabes lo que significa que una señora llegue con las hormonas por el suelo, entre en la consulta, le pongan un protocolo a través de unas analíticas y vuelva a tener treinta años a nivel de salud, de energía y de piel? Que un médico te mire todo de forma integrativa es una maravilla", reflexiona.

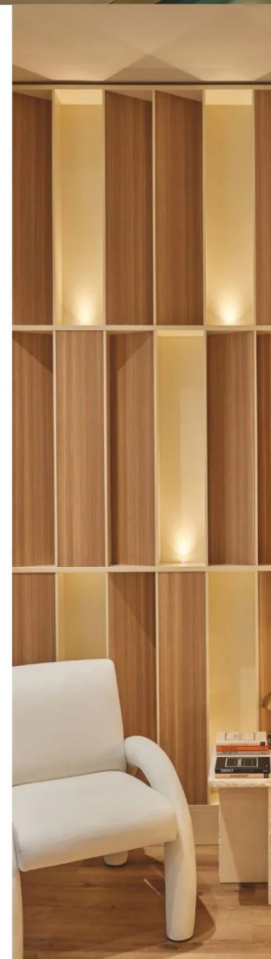
LA LONGEVIDAD TRATA DESDE LAS HORMONAS HASTA LA SALUD INTESTINAL

La ciencia de la longevidad ha sido y sigue siendo la quintaesencia de **Sha Spain**, en Altea, referente mundial con casi dos décadas de vida de *medical wellbeing* y cuyas puertas -con vistas idílicas al Mediterráneo- han atravesado celebridades internacionales como Donna Karan o Karlie Kloss. "El hogar de los que buscan optimizar su salud o un *resort* de longevidad" lo llaman. Ahora da un paso más y lanza una línea de suplementos SHA, desarrollada para prolongar los beneficios de su famoso método más allá de la estancia.

Palasiet Wellness Clinic & Thalasso, en Benicassim (Castellón), pioneros en medicina integrativa y talasoterapia desde 1970, celebrará del 15 al 22 de noviembre el primer retiro solo para mujeres, organizado por su equipo de expertos en bienestar y longevidad. "Durante una semana analizarán desde el perfil hormonal y metabólico hasta el nivel de masa muscular de cada una de las participantes, identificando las necesidades específicas de su etapa vital. Allí diseñarán un plan integral 100 % adaptado. Al final de la estancia todas (un máximo de 20) recibirán un informe personalizado con las conclusiones médicas, nutricionales y de actividad física, así como un seguimiento posterior de 45 días", señalan desde la clínica.

En la capital, **Amuna Vitality Clinic**, la primera clínica absolutamente integral en la ciudad, con algo más de medio año de vida, se presenta, en palabras de su fundadora, la doctora Valentina Sielecki, como "mucho más que un centro médico. Es un espacio dedicado a la transformación del estilo de vida, donde la salud y el bienestar se encuentran en el epicentro de cada experiencia". En su amplia área de *wellness* cuentan con sauna con infrarrojos, crioterapia y una carta de terapias holísticas que abarca desde osteopatía somática hasta técnicas de meditación.

The Art of Longevity es el completo programa que la firma **Valmont** ofrece en su *maison* en Madrid desde el pasado mayo y que desplegará para final de año en hoteles colaboradores. Lo sorprendente es que incluye una dimensión dedicada al arte, parte del ADN de la enseña (Didier Guillon, su presidente y creador, es un destacado coleccionista y mecenas). "Es un valor que activa el placer, el sentido y el compromiso emocional, reconocidos hoy como auténticos impulsores biológicos de la longevidad", indican desde la firma.





THE BEAUTY
CONCEPT

Bienestar 360°
Zonas de aguas,
áreas wellness,
masajes holísticos,
meditaciones
guiadas... Los
programas de
longevidad
combinan el
diagnóstico preciso
y los protocolos
personalizados con
tratamientos más
propios de los spas
y los centros de
belleza.



MAISON
VALMONT



AMUNA VITALITY