



# ZEM

BALANCE & VITALITY  
PROGRAMA ZEM DETOX

WELLNESS CLINIC ALTEA

Bajo un enfoque integral, el programa ZEM Detox promueve un cambio eficaz de estilo de vida para mejorar la salud incluyendo detox digestivo, mental, cognitivo y físico.



**Duración mínima del programa: 7 noches**  
**Duración recomendada: 14/21 noches**

Todos nuestros programas son personalizados y se adaptan tanto a las necesidades de cada huésped como a su condición física.

**Cada programa incluye alojamiento en suite Deluxe con todas las comidas de su plan nutricional específico.**

## Objetivos

- Potenciar la detoxificación del organismo y promover un cambio de estilo de vida saludable
- Mejorar la salud a través de una depuración física, cognitiva, emocional y mental
- Eliminar toxinas, mejorar la salud digestiva, aumentar energía y vitalidad, reducir el estrés y fortalecer el sistema inmunológico

## Metodología

- Análisis médicos para personalizar pautas que incluyen asesoramiento nutricional, tratamientos médicos y ejercicio físico
- Tratamientos avanzados para regenerar el metabolismo, mejorar la calidad del sueño y reducir el estrés

## Plan Nutricional: Detox

El plan de nutrición Detox tiene como finalidad restablecer el equilibrio del organismo potenciando los principios de depuración fisiológica de nuestro cuerpo. Su plan alimenticio se basa en un conjunto de verduras de temporada, semillas, fermentos, cereales sin gluten y algunos suplementos naturales.

Antes de iniciar el programa ZEM Detox es fundamental que el huésped realice el reconocimiento de salud ZEM para confirmar que el programa es adecuado a sus necesidades y objetivos específicos.

## TOTAL SERVICIOS ZEM Detox

7 noches | 50

14 noches | 87

CONSULTAS MÉDICAS & PRUEBAS COMPLEMENTARIAS	7 noches	14 noches
Reconocimiento Salud ZEM	1	1
Análítica Básica Sangre y Orina	1	2
Consulta Plan Salud Personalizado	1	1
Consulta Medicina Integrativa Inicial	1	1
Consulta Resultados Tests y Análíticas	1	1
Consulta Medicina Integrativa Seguimiento	-	1
Consulta Medicina Integrativa Final	1	1
Consulta Salud Digestiva	1	-
Consulta Medicina Revitalizante y Biorreguladora	1	1
Consulta Envejecimiento Saludable	1	1
Consulta Dermoestética	1	1
Consulta Psicología Cognitiva	-	3
Consulta Salud Capilar	-	1
Consulta Salud Dental	-	1
Consulta MTC + Sesión Acupuntura	2	1
Sesión Acupuntura	3	6
Análítica Oxidativa y Metales Pesados	1	1
Test Sensibilidad Alimentaria 270 alimentos	1	1

## TRATAMIENTOS & MED TECH TESTS

Mapeo Corporal Dermatológico	1	1
Escáner Facial	1	1
Escáner Corporal Dermoestético	1	1
Electrocardiograma	1	1
Test Bioimpedancia	5	1
Sueroterapia Detox	1	4
Hidroterapia de Colon	2	3
Ozonoterapia	-	3
Láser Intravenoso	-	1
Crioterapia Dermatológica	2	2

NUTRICIÓN	7 noches	14 noches
Consulta Nutrición Saludable	1	1
Consulta Seguimiento Nutrición	2	3
Plan Nutricional Personalizado Diario	*	*

## WELLBEING & TERAPIAS NATURALES

Masaje Bienvenida	1	1
Masaje Relajante	-	1
Spa Experience	1	1
Circuito Cura Hidrodetox	4	6
Drenaje Linfático Manual	1	2
Tratamiento Triple Detox (MLX i3DOME) - Metawell	1	1
Tratamiento RLX Satori - Metawell	-	2
Cámara Hiperbárica Oxypro	1	1
Presoterapia combinada con Crioterapia	-	1
Tratamiento Corporal Reductor	-	2
Ritual "El Sahara" (con barro)	1	-
Acceso ilimitado a Zona Wellness & Spa	*	*

## RENDIMIENTO FÍSICO

Valoración Funcional y Entrenamiento	1	1
Entrenamiento Personal	2	9
Yoga - Varios Estilos	-	1
Sesión de Mindfulness	-	3

## ZEM COLLEGE

Visita Finca Althaya	3	6
Clase Cocina Grupal	-	2

## Tarifas

7 noches desde 11.000€\*  
14 noches desde 19.000€\*  
21 noches desde 28.500€\*

\* Precio por persona. Precios con I.V.A incluido. Incluye alojamiento en suite Deluxe (uso doble) con Plan Nutricional Completo.