



**ZEM** LONGEVITY  
WELLNESS CLINIC ALTEA

# PROGRAMA ZEM PRO-AGEING

Nuestro programa ZEM Pro-Ageing está diseñado específicamente para aquellos que desean abrazar el paso del tiempo con prevención, salud y bienestar.



**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.**

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

## Objetivos

- \* Promover el envejecimiento saludable
- \* Reducir el estrés
- \* Mejorar el bienestar emocional
- \* Fomentar un estilo de vida saludable, sostenible y consciente
- \* Incrementar la vitalidad y la energía
- \* Optimizar la salud de la piel
- \* Reforzar la función cognitiva

## Metodología

- \* Riguroso estudio clínico para identificar problemas o necesidades específicas del huésped
- \* Determina un plan terapéutico integral idóneo
- \* Tratamientos innovadores con efectos anti-estrés para promover una longevidad saludable
- \* Suplementos nutricionales exclusivos de ZEM Wellness Clinic Altea
- \* Posibilidad de incluir tratamientos médicos avanzados
- \* Pautas de refuerzo específicas, denominadas "Boosts", que abarcan áreas de salud y bienestar

## Plan Nutricional: Raw 80/20

El plan Raw 80/20 está diseñado para fortalecer las células del organismo y mantener bajo control el estrés oxidativo y la inflamación crónica, ayudando a prevenir el envejecimiento celular. Se caracteriza por una ingesta de 80% de alimentos crudos frente a un 20% de alimentos cocinados.

## TOTAL SERVICIOS ZEM Pro-Ageing

7 noches | 43

14 noches | 90

CONSULTAS MÉDICAS & PRUEBAS COMPLEMENTARIAS	7 noches	14 noches
Reconocimiento Salud ZEM	1	1
Análítica Básica Sangre y Orina	1	2
Test Estrés Oxidativo	1	1
Análítica Envejecimiento Inmunitario	1	1
Consulta Plan Salud Personalizado	1	1
Consulta Medicina Integrativa Inicial	1	1
Consulta Resultados Tests y Análíticas	1	1
Consulta Medicina Integrativa Final	1	1
Consulta Medicina Revitalizante y Biorreguladora	1	1
Consulta Envejecimiento Saludable	1	1
Consulta Medicina Regenerativa	1	1
Consulta Salud Dental	1	1
Consulta Psicología	1	3
Consulta Psicología Cognitiva	-	3
Consulta Dermoestética	1	1
Consulta Salud Capilar	-	1

## TRATAMIENTOS & MED TECH TESTS.

Mapeo Corporal Dermatológico	1	1
Escáner Facial	1	1
Escáner Corporal Dermoestético	1	1
Electrocardiograma	1	1
Test Bioimpedancia	1	1
Blanqueamiento Dental	1	1
Hydrafacial	-	1
Indiba Facial	1	2
Indiba Corporal	1	2
Densitometría Cuerpo Entero	1	1
Hidroterapia de Colon	1	3
Sueroterapia Pro-Ageing	1	3
Ozonoterapia	-	3
Láser Intravenoso	1	1
Sesión Hipoxia-Hiperoxia	1	2
Mesoterapia Capilar	-	1
Crioterapia Dermatológica	1	3

NUTRICIÓN	7 noches	14 noches
Consulta Nutrición Saludable	1	1
Consulta Seguimiento Nutrición	1	4
Plan Nutricional Personalizado Diario	*	*

## WELLBEING & TERAPIAS NATURALES

Masaje Bienvenida	1	1
Masaje Signature ZEM Corporal	-	1
Spa Experience	1	1
Tratamiento Triple Detox (MLX i3DOME) - Metawell	1	1
Tratamiento Zestos Dryfloat - Metawell	1	1
Tratamiento MLX Quartz - Metawell	1	2
Tratamiento Welnamis - Metawell	1	1
Tratamiento RLX Satori - Metawell	-	2
Cámara Hiperbárica Oxypro	1	1
Circuito Cura Hidrodetox	-	1
Acceso ilimitado a Zona Wellness & Spa	*	*

## RENDIMIENTO FÍSICO

Valoración Funcional y Entrenamiento	1	1
Yoga - Varios Estilos	2	1
Sesión de Mindfulness	-	5
Entrenamiento Personal	-	9

## ZEM COLLEGE

Visita Finca Althaya	3	6
Clase Cocina Grupal	-	2

## Tarifas

7 noches desde 13.000€\*  
14 noches desde 23.000€\*  
21 noches desde 33.500€\*

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