

PÁG. 20

PUESTA A PUNTO

El interiorista Lázaro Rosa-Violán cuenta cómo “carga las pilas” en SHA Wellness Clinic.



BIENESTAR SHA Wellness Clinic

ASÍ CARGA PILAS EL GENIO INTERIORISTA

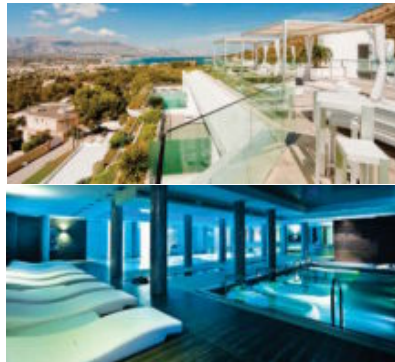
Visita al complejo de bienestar alicantino de mano de uno de sus asiduos, el interiorista **LÁZARO ROSA-VIOLÁN**. La sueroterapia es uno de sus tratamientos preferidos.

Por CYNTHIA M.R. Fotografía de THOMAS CANET

Pasear por la playa. Desayunar en la terraza y comenzar con los tratamientos. Una escapada al spa antes de comer. Pasar la tarde con más tratamientos o trabajando hasta la hora de la merienda y una sesión de té. Disfrutar del atardecer desde la azotea y cerrar el día viendo una película o escuchando música en directo. Así de relajante es un día en el SHA Wellness Clinic. Lo describe el interiorista Lázaro Rosa-Violán (Tánger, 5 de febrero de 1965), uno de sus clientes estrella.

El decorador llegó a las instalaciones de SHA en L'Albir, en Alfaz del Pi (Alicante), por primera vez hace tres años para someterse a un programa *detox*: "Llevo una vida muy desordenada. Viajo constantemente por todo el mundo y eso me obliga a cambiar de dieta, de horarios..., a no tener una disciplina prácticamente en nada". Comenta que fue un conocido de Nueva York quien le dio la idea. De hecho, la mayoría de los clientes son extranjeros. "Cada vez vienen más españoles", revela Rosa-Violán.

En medio de la montaña que separa Benidorm de Altea se encuentra el edificio blanco que es-



VISTAS AL MEDITERRÁNEO. Arriba, la terraza de Sha. Sobre estas líneas, el circuito de hidroterapia del centro.

conde 97 suites –todas con terraza y jacuzzi, desde 295 euros la más básica de 70 m²–, restaurante, spa (con sauna, baño turco, terma romana; duchas térmicas, fuente de hielo...), centro médico con 30 consultas y 80 cabinas de tratamiento. Un conjunto de 6.000 m² que trabaja unido por un único fin: la vitalidad integral. "La salud no es sólo ausencia de enfermedad. Es un estado óptimo de completo bienestar físico, mental, espiritual y en armonía con el medio ambiente", asegura el doctor Vicente Mera, jefe de medicina interna de SHA, aludiendo a la definición formulada por la OMS. "Nuestra piedra filosofal es triangular: dieta, ejercicio y relajación", añade el médico.

El centro ofrece un total de 13 programas –adelgazamiento (3.150 euros / siete días; alojamiento no incluido), tabaquismo (3.750 euros/ siete días), antienvjecimiento (8.300 euros/ siete días)...– de una semana o 14 días de duración en los que se aplican técnicas clínicas de última generación, métodos naturales y de *wellness* que incluye una alimentación saludable. Terapias que resultan adictivas para muchos, porque el 40% de su clientela son repetidores.

Rosa-Violán se declara admirador de la zona de bienestar. Su carta incluye planes relajantes, como el masaje *Shiatsu*, sesiones de belleza, de peluquería, de hidroterapia, así como clases de pilates, yoga o de meditación y tratamientos de medicina tradicional, como acupuntura y reflexología. El interiorista elige su plan a medida. "Escojo mis tratamientos de forma personalizada", cuenta. Dentro de su último plan (Intensivo detox + Control de peso, 4.700 euros/ 14 días), se ha sometido a una sesión de *sueroterapia*, un tratamiento donde "te extraen sangre y te la vitaminan". Sus resultados son inmediatos, según confiesa: "Desde el momento siento cambios, como un estado de euforia natural, como cuando te dan una buena noticia".

RECETAS EQUILIBRADAS. Sha no es sólo un hotel. "Aquí vienes a que te cuiden, pero también a cambiar el *chip*", advierte el decorador. Todos los programas del centro giran en torno a una máxima: producir un cambio positivo, sustancial y duradero en la salud. Para ello, hay un nexo común a sus usuarios, independientemente de las terapias. Es la carta del restaurante, situado en la última planta del complejo. Compuesta por tres menús de diferentes calorías, sólo incluye recetas de alimentos de temporada y sin procesar. "La diferencia no es la cantidad sino la composición de las comidas", apunta el interiorista.

Como revela Lola García, experta en nutrición, "SHA debería ser una toma de conciencia para realizar un cambio de vida. No sólo seguir aquí la dieta". La reeducación de hábitos es tan importante que el centro dispone de un espacio llamado *Academy*, en el que se ofrecen conferencias y clases de cocina saludable para poder mantener el estilo de vida SHA fuera de sus paredes. La estancia es sólo una puesta a punto. "Con SHA consigo equilibrarme y estar unos días concentrado en que tienes que cuidar el cuerpo. Esta es la filosofía que ellos intentan inculcar a la gente que viene", explica el interiorista.

La ginda a este espacio la pone el *staff*, como resalta Rosa-Violán: "Si hay algo que es fuera de serie es el servicio. Hay un trato muy personalizado, algo muy difícil para lo grande que es".

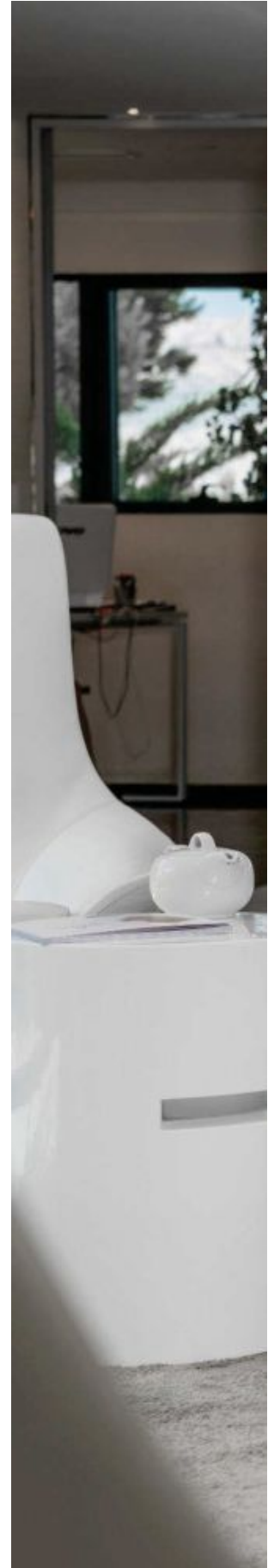
SHA Wellness Clinic. Verderol, 5. L'Albir, Alicante.
Tel.: 966 811 199. shawellnessclinic.com

NEGOCIO FAMILIAR

SHA nace en 2008, cuando Alfredo Bataller Parietti (San Juan, Argentina, 19 de febrero de 1949) descubre que una adecuada nutrición y las terapias naturales son el elixir de la recuperación de su enfermedad (una proliferación de células malignas que podían derivar en un cáncer de colon). Nueve años más tarde dirige la cada vez más completa "wellness clinic" junto a sus dos hijos, Alfredo y Alejandro.

MENÚ ARMÓNICO

La carta con recetas macrobióticas del restaurante de SHA incluye platos que equilibran las dos fuerzas opuestas del Ying y del Yang, que se reflejan también en los alimentos. Al consumir aquellos ingredientes que no están en armonía con las necesidades del organismo (Yang), como la carne, la sal o los huevos, surge una necesidad de buscar un balance ingiriendo productos Ying (azúcar, chocolate, lácteos), que tampoco son saludables. El menú del centro evita estos ingredientes extremos para dejar al organismo consumir lo que necesita.





PUESTA A PUNTO
El interiorista
Lázaro Rosa-Violán, 52 años, en
las instalaciones
de SHA, en
Alicante.