

SHA

El destino líder mundial en longevidad
y optimización de la salud

Quiénes Somos

Durante más de 20 años, SHA ha estado a la vanguardia de la longevidad, la salud preventiva y la medicina integrativa. Fundada por la familia Bataller, SHA combina ciencia médica, transformación del estilo de vida, diagnósticos avanzados, terapias regenerativas y nutrición... una vacación con propósito.

Reconocido con más de 100 premios internacionales, SHA ha recibido a más de 100,000 huéspedes de todo el mundo y continúa marcando el referente global en optimización de la salud.

Video de la marca



El Método SHA

El método integrativo exclusivo de SHA combina transformación del estilo de vida, ciencia de la longevidad, medicina preventiva y terapias regenerativas para favorecer una salud duradera y una mayor vitalidad.

Medicina del Estilo de Vida

Nutrición, sueño, movimiento, bienestar emocional y hábitos saludables.

Ciencia de la Longevidad

Diagnósticos avanzados, medicina preventiva y evaluación personalizada de la salud.

Medicina Regenerativa

Terapias dirigidas que favorecen la vitalidad, la recuperación, la regeneración celular y un envejecimiento saludable.

Programas de Salud

Los programas de SHA combinan ciencia médica, terapias integrativas y un diseño personalizado del estilo de vida para crear itinerarios a la medida enfocados en la prevención, la recuperación, el rendimiento, la desintoxicación, la longevidad y la regeneración.

Historias de Transformación

Mauricio Schwartzmann
Former Mastercard
Mexico Country
Manager

"Ver estos cambios como parte de tu desarrollo personal."

Haz clic para ver el testimonio

Maria Ariza
CEO en BIVA MX

"Esto fue un verdadero reset para mí."

Haz clic para ver el testimonio

Simon Cohen
Presidente en Henco
Global

"Tu tienes que estar bien para operar de la manera correcta."

Haz clic para ver el testimonio

20+
Años de
Experiencia

100K+
Huespedes
Optimizados

500+
Profesionales de
la salud medica
y holistica

100+
Premios y
reconocimientos
internaciones

7 nights
Promedio de
estancia

Global
HNW &
UHNW
Huespedes

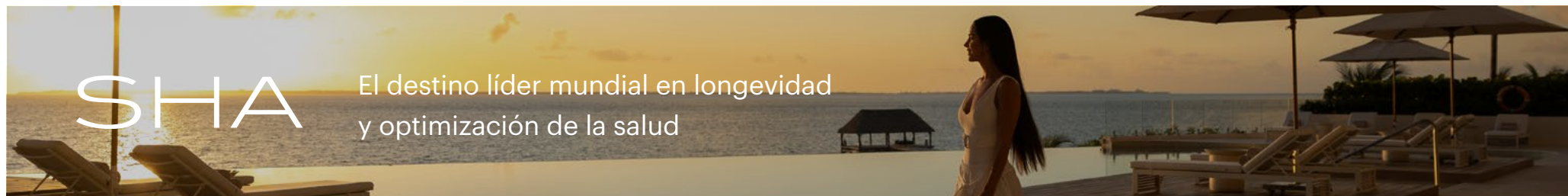
SHA

El destino líder mundial en longevidad y optimización de la salud



Programas de Salud 2026				4 noches	7 noches	10 noches	Brochure
	Rebalance & Energize	Un programa restaurativo diseñado para reducir el estrés, recuperar la vitalidad y devolver el equilibrio al cuerpo y la mente.	Para quienes desean recuperar su energía, gestionar el estrés de forma efectiva y fortalecer su resiliencia física y mental.	2,880	5,040	7,200	
	Leaders Health & Performance	Un programa orientado al rendimiento, diseñado para potenciar la claridad mental, la resistencia física y la capacidad de afrontar el estrés con mayor resiliencia.	Para personas de alto rendimiento que buscan una mayor claridad mental, energía sostenida y una salud duradera para rendir al máximo incluso en entornos de alta exigencia.	4,200	7,350	10,500	
	Advanced Longevity	Un programa de salud preventiva enfocado en promover un envejecimiento saludable, preservar la vitalidad y fortalecer la resiliencia biológica a largo plazo.	Para quienes desean ralentizar el envejecimiento biológico, fortalecer su resiliencia y preservar su vitalidad a largo plazo	5,600	9,800	14,000	
	Stay Your Way	Una experiencia SHA flexible, diseñada en torno a los objetivos de salud y al ritmo de vida de cada huésped.	Para quienes buscan una experiencia de salud completamente personalizada, diseñada en torno a sus objetivos, necesidades y ritmo de vida.	2,680	4,690	6,700	
	Detox & Optimal Weight	Un programa diseñado para favorecer la desintoxicación, restablecer el equilibrio metabólico y promover un control del peso sostenible.	Para quienes buscan alcanzar un equilibrio de peso sostenible, reducir la inflamación y mejorar su salud metabólica e intestinal.	N/A	5,390	7,700	
	Detox & Optimal Weight ^{Intensive}	Un programa intensivo diseñado para acelerar los resultados metabólicos mediante un enfoque clínico más especializado.	Para quienes buscan obtener resultados metabólicos más rápidos, guiados clínicamente, mediante un protocolo intensivo de optimización del peso.	N/A	7,350	10,500	
	Cellular Regeneration	Un programa avanzado de medicina regenerativa diseñado para favorecer la reparación celular, optimizar la recuperación y promover una vitalidad duradera a través de células madre y exosomas	Para quienes buscan favorecer la reparación celular, potenciar los procesos de regeneración y preservar la vitalidad a largo plazo desde el nivel biológico más profundo.	15,000	N/A	N/A	

Nota sobre tarifas: Las tarifas son por persona e incluyen el programa correspondiente al número de noches indicado en cada columna. Los programas incluyen los tratamientos y consultas descritos en el folleto de cada programa, además del plan nutricional SHA, que contempla desayuno, comida, cena, incluye té y smoothies pautado por nutrición.



Cómo Reservar?

1

Seleccione el Programa de Salud

Comience eligiendo el principal objetivo de salud del huésped, ya sea desintoxicación, longevidad, energía, sueño, control del peso, rendimiento o bienestar integral.

Cada programa incluye consultas médicas, tratamientos personalizados, SHA Nutrition, alimentación saludable, infusiones funcionales y el acompañamiento de nuestro equipo de expertos.

Importante: Si dos huéspedes comparten la misma suite, cada uno puede elegir un Programa de Salud diferente.

2

Elija la Suite y las Fechas

Seleccione las fechas de estancia, el número de noches y la categoría de suite de su preferencia.

Tarifa de la Suite × Número de Noches =
Total de Alojamiento

[Guía de Alojamiento](#)



3

Confirme el Total

El importe estimado se calcula de la siguiente manera:

**Programa de Salud + Total de Alojamiento =
Coste Total Estimado**

Nuestro equipo estará encantado de preparar el cálculo completo y una propuesta personalizada.

4

Comienza la Experiencia SHA

Una vez confirmada la reserva mediante el depósito correspondiente, SHA inicia el proceso previo a la llegada para personalizar la experiencia del huésped.

A su llegada, el huésped tendrá una consulta con el equipo médico. Con base en la evaluación diagnóstica y en sus objetivos personales, podrán recomendarse tratamientos o servicios adicionales. Estas recomendaciones son completamente opcionales.

Recomendación de Reserva

Le recomendamos realizar su reserva con la mayor antelación posible para asegurar las fechas, la categoría de suite y la disponibilidad del Programa de Salud de su preferencia, especialmente durante temporadas de alta demanda y periodos vacacionales.

Advisor Tip: La mejor forma de comenzar la experiencia SHA es con el programa Rebalance & Energize de 4 noches, alojándose en una Oceanfront Deluxe Room. Disponible desde USD 1,460 por noche en ocupación individual o USD 2,180 por noche para dos huéspedes en ocupación doble. La tarifa incluye alojamiento, nutrición SHA, tratamientos y consultas de bienestar contemplados dentro del programa.

Contact

Para realizar una reserva o recibir una propuesta personalizada, por favor contacte a su asesor de viajes.

SHA

Destinos Globales

Una red internacional de destinos dedicados a la longevidad, diseñados en torno a la ciencia médica, la atención personalizada y entornos que favorecen la recuperación.

Lo que esto significa para nuestros huéspedes

Un recorrido de salud estructurado

Cada estancia se guía por un programa personalizado, consultas con expertos y tratamientos específicos.

Mucho más que un retiro

Conocimiento médico, nutrición, movimiento, recuperación y hospitalidad se integran en una misma estancia.

Diseñado para generar cambios duraderos

Nuestros huéspedes regresan a casa con hábitos más saludables, una visión más clara y herramientas para favorecer su bienestar a largo plazo.



SHA Spain

El destino original de SHA, inaugurado en 2008 con vistas a la bahía de Albir, en la Comunidad Valenciana, España.

93 suites,
11 residencias, 1 villa

SHA Mexico

Inaugurado en 2024 en las exclusivas costas de Costa Mujeres, en la Riviera Maya.

101 suites, 37 residencias

SHA Emirates

Próxima apertura

Próxima apertura en la costa de AlJurf, entre Abu Dhabi y Dubái.

100 suites, 51 apartamentos,
86 villas, 137 residencias
en 380 hectáreas