OneLife CLINIC By Ana Moreira | SHERATON EST. 1937

EN COLABORACIÓN CON

Sheraton Porto Hotel & Spa

Programas de Longevidad

Conocer su cuerpo hoy, para decidir mejor mañana.



CHEQUEO DE MEDICINA AVANZADA

LONGEVIDAD EPIGENÉTICA

Lo esencial para conocer sus factores de riesgo y aumentar su health span.

Evaluación médica, hormonal, intestinal, dental y nutricional, integrada con el análisis genético* y la evaluación de la exposición a metales pesados.

CONSULTAS

Consulta de Longevidad
Dra. Ana Moreira
Consulta sin límite de tiempo: historia clínica, sueño, alimentación y estilo de vida, con definición de los exámenes y de la estrategia de longevidad.

- **Consulta de Salud Intestinal y Hormonal**
  Dra. Aida Mendes Moreira
  Abordaje funcional del equilibrio hormonal e intestinal, con foco en la suplementación y en el envejecimiento saludable.
- **Consulta de Medicina Dental**
  Dra. Aurélie Mariani
  Evaluación oral completa de dientes, encías, mordida, articulación de la mandíbula, microbioma oral y materiales, porque la salud de la boca influye en la inflamación y en la salud de todo el cuerpo.

CONSULTORÍA

- **Consultoría en Educación Alimentaria, Nutricional y Salud Intestinal**
  Maria Alejandra Nuñez Araújo
  Educación alimentaria con estrategias antiinflamatorias y de biorregulación intestinal, a medida de cada persona.

PRUEBAS Y ANÁLISIS

- **Examen de Metales Pesados**
  Evaluación de la carga de metales pesados en el organismo.
- **Microbioma Intestinal Extended**
  Análisis ampliado de la flora intestinal.
- **Evaluación de Composición Corporal**
  Masa muscular, masa grasa e hidratación, por bioimpedancia.

TESTS GENÉTICOS* Y EPIGENÉTICOS

Test Genético* de Longevidad Saludable
Predisposición genética* en ocho procesos del envejecimiento.

SEGUIMIENTO

- **Gestora de Paciente Dedicada**
  Un contacto único desde el primer hasta el último día del programa.

Plan Personalizado de Longevidad
Plan escrito para casa y para la clínica, entregado al final.

Más información
onelifeclinic.pt

RESERVAS
+351 932 348 037

Cómo transcurre el programa

Lo esencial para conocer sus factores de riesgo y aumentar su health span.

El protocolo Linha da Vida reúne en un único recorrido las evaluaciones que muestran el punto de partida de su organismo: la visión médica de la longevidad, el equilibrio hormonal e intestinal, la salud oral, la alimentación, la carga de metales pesados y la predisposición genética* al envejecimiento. Cada etapa la conduce un profesional de OneLife Clinic, con una gestora de paciente asignada desde el primer contacto.

1 Antes de la llegada

Tras la reserva, recibe un cuestionario de salud y puede enviar los análisis y exámenes más recientes. La gestora de paciente organiza el calendario de las consultas, las extracciones y los tratamientos según su estancia.

2 Consultas y consultoría

Consulta de Longevidad Dra. Ana Moreira
Consulta deliberadamente larga, sin límite de minutos, con la fundadora y directora clínica de OneLife. Recorre la historia clínica, el sueño, el trabajo, la alimentación, lo que cambió cuando surgieron los síntomas y los tratamientos ya realizados. Al final, indica los exámenes adecuados al caso y define la estrategia de longevidad.

Consulta de Salud Intestinal y Hormonal Dra. Aida Mendes Moreira
Abordaje clínico funcional y personalizado, con especial interés en la modulación hormonal, la suplementación y el envejecimiento saludable. Evalúa el eje intestinal y el equilibrio hormonal en conjunto, para optimizar la salud y no solo tratar síntomas.

Consulta de Medicina Dental Dra. Aurélie Mariani
La boca es la puerta de entrada a la salud de todo el cuerpo. La consulta realiza una evaluación oral completa de los dientes, las encías, la mordida, la articulación temporomandibular, el microbioma oral y los tratamientos anteriores; analiza la biocompatibilidad de los materiales y los focos de inflamación crónica que pueden influir en la inmunidad y en el bienestar general; y termina con una planificación personalizada. Dirigida por la Dra. Aurélie Mariani, que vincula la salud oral con la salud sistémica a través de la alimentación, la respiración, el microbioma y la salud de las encías.

Consultoría en Educación Alimentaria, Nutricional y Salud Intestinal Maria Alejandra Nuñez Araújo
Acompañamiento individualizado, presencial u online, centrado en la biorregulación intestinal y en estrategias alimentarias antiinflamatorias, respetando la singularidad biológica, emocional y social de cada persona. Coach de salud y nutrición formada en el Institute for Integrative Nutrition de Nueva York y coautora del libro Microbiota, Reset em 5 Passos.

3 Evaluación y pruebas

Los tests genéticos* y epigenéticos usan una muestra de saliva, sin dolor y sin preparación, y solo hace falta realizarlos una vez en la vida.

Test Genético* de Longevidad Saludable
Evalúa la predisposición genética* en ocho procesos del envejecimiento: síndrome metabólico, grasa visceral, destoxificación hepática, estrés oxidativo, neurotransmisores, inflamación crónica, acortamiento de los telómeros y riesgo neoplásico. Es la base de una estrategia de longevidad personalizada en nutrición, suplementación y hábitos.

Examen de Metales Pesados
Evaluación de la carga de metales pesados en el organismo.

Microbioma Intestinal Extended
Análisis ampliado de la flora intestinal.

Evaluación de Composición Corporal
Masa muscular, masa grasa e hidratación, por bioimpedancia.

4 Resultados y seguimiento

Los resultados de los tests genéticos* están disponibles en unos 20 días laborables, ya después de la estancia; la lectura médica de todos los resultados forma parte de su plan.

Gestora de Paciente Dedicada
Un contacto único desde el primer hasta el último día del programa.

Plan Personalizado de Longevidad
Plan escrito para casa y para la clínica, entregado al final.

* Todos los exámenes y tratamientos están sujetos a evaluación médica previa. Programa personal e intransferible; el calendario se ajusta a la disponibilidad de cada participante.

OneLife Clinic · Avenida da Boavista, 1679, 1.° andar, Oporto
+351 932 348 037 · info@onelifeclinic.pt · onelifeclinic.pt

Conozca la clínica
www.onelifeclinic.pt
Reservas: **+351 932 348 037**

* Los programas incluyen evaluación médica personalizada; los exámenes complementarios se realizan con laboratorios asociados. Licencia de Funcionamiento ERS n.° 22827/2023.