

# GLOBAL WELLNESS SUMMIT

## MEXICO

## CITY 2015

“BUILDING A WELL WORLD”.

POR CARLOSLUCIO RAMOS  
FOTOS CORTESÍA GWS

**D**el jueves 12 al domingo 15 de noviembre la Ciudad de México fue escenario de la Cumbre Global de Bienestar, evento por invitación que desde hace nueve años reúne a los líderes y pensadores más brillantes en salud, medicina, economía, turismo, comunicación, gobierno, ciencia y filosofía, así como a representantes de diversas industrias relacionadas con el tema del bienestar humano: alimentación, spa, hotelería, cultura, deporte, educación, cosmética...

### **BUILDING A WELL WORLD**

Edificar un Mundo de Bien fue el tema del Global Wellness Summit Mexico City 2015, calificado como el más grande e importante en la historia del foro.

No sólo por los cerca de 500 delegados que se dieron cita, sino también por el record de 41 países representados, el número de ponencias ofrecidas y el abanico más amplio de disciplinas e instituciones presentes -incluidas en esta ocasión las universidades Harvard y Duke, los laboratorios Johnson & Johnson y la clínica Mayo, por mencionar algunas.





A esto se suma el que por primera vez ha sido una ciudad la que fungió como Patrocinador Oficial de la Cumbre -nuestra fascinante y tormentosa Ciudad de México.

**ELLIS - DÍEZ BARROSO - CDMX**

La prestigiosa analista Susie Ellis, Presidenta y CEO del Global Wellness Summit, contó para esta edición con el respaldo de su Co-Presidenta Gina Díez Barroso de Franklin, empresaria cuya visión y trabajo de varios años hicieron posible no sólo traer el evento a México, sino contar con el patrocinio del Gobierno capitalino a través de la Secretaría de Turismo y su titular, Miguel Torruco Marqués.

The St. Regis Mexico City fue sede oficial del Global Wellness Summit 2015, aun cuando buen número de delegados se hospedaron igualmente en el Four Seasons Hotel Mexico, D.F.

**PALACIO DE BELLAS ARTES**

Paralelamente a los trabajos propios de la Cumbre, el amplio programa incluyó actividades de bienvenida, paseos en Turibús por la ciudad, comidas, cocteles y diferentes amenidades, así como una visita al Centro de Diseño y Comunicación, en la avenida Constituyentes.

Sin embargo, una experiencia inolvidable para todos los visitantes fue el Ballet Folklórico de México de Amalia Hernández: una presentación especial en el Teatro del Palacio de Bellas Artes, diseñada para el grupo como evento previo a la cena de gala en ese recinto histórico.

El formidable espectáculo musical sorprendió visualmente, llenó de alegría y conmovió el corazón de todos los delegados.

**EL BIENESTAR A FUTURO**

Bajo la atinada conducción de Giselle Fernández -periodista con cinco Emmy Awards-, los expositores en el Global Wellness Summit Mexico City 2015 compartieron información y reflexiones multidisciplinarias para crear estrategias que eventualmente conduzcan a Edificar un Mundo de Bien -en el más amplio sentido del bienestar.

Entre las conclusiones de la Cumbre, Susie Ellis destacó que para el año 2020 el bienestar se convertirá en un tema obligatorio en cada vez más países; que los avances en investigación de células madre, epigenética y tecnología médica integrativa seguirán un curso imparabile, y que tanto la salud preventiva como el bienestar en centros de trabajo serán tema obligado e ineludible para todos los empleadores.

“En un mundo de enfermedades crónicas, la atención sanitaria y los programas de bienestar pagados por las empresas deben ser una prioridad. Este llamado a trabajar conjuntamente en función del bienestar debe equipararse al de los acuerdos de Kioto, donde los gobiernos del mundo se reunieron por primera vez para declarar su solidaridad contra el cambio climático”, afirmó en México la Presidenta y CEO del Global Wellness Summit.





### CAMBIOS PARA EL 2016

La Cumbre Global de Bienestar Ciudad de México 2015 arrojó luz sobre una serie de cambios clave que podremos atestiguar en el tema del bienestar a partir del próximo año.

Enumerados de forma sintética, los cinco principales son los siguientes:

- 1. Medicina vs. Bienestar.** La medicina integrativa de que se ha hablado por décadas es finalmente una realidad. Las principales instituciones médicas aseguran que nos encontramos en un verdadero punto de inflexión, ya que los centros integradores de bienestar significan que se pagará a los médicos no por curar, sino por prevenir la enfermedad -como ya sucede en Noruega, China y Singapur.
- 2. Superalimentos vs. Nutrición Consciente.** Lo que comemos ha cambiado más en los últimos 40 años que en los previos 40,000. La historia de consumir superalimentos (chía, quinoa, goji, etcétera) y su producción chocará inevitablemente con la sostenibilidad. Por su parte, la Nutrición Consciente implica consumir por placer alimentos producidos de forma independiente, limpia y sostenible.
- 3. Turismo de Bienestar.** Como sabemos, las experiencias capaces de transformarnos son el núcleo de esta clase de turismo. El destino nunca deja de ser importante, pero lo es mucho más la forma en que una experiencia puede modificar la mente, el cuerpo y el alma del viajero. Los programas e instalaciones wellness serán cada vez más una herramienta complementaria en el destino.
- 4. Bienestar imperceptible.** El futuro llega con tecnologías para conformar un ambiente de bienestar en el entorno cotidiano: buscar la perfección en el tejido mismo de nuestra vida. Desde un despertar con luces y sonidos que simulan el amanecer, prendas sensibles que brindan calor o dan masaje, hasta sensores de cama capaces de monitorear alteraciones durante el sueño y modificar la ventilación o temperatura en la recámara.
- 5. Bienestar en el espacio laboral.** Las nuevas investigaciones prevén un cambio radical en los enfoques del bienestar en el trabajo. Esto creará una verdadera y efectiva cultura de bienestar y salud en el espacio laboral, dirigida a garantizar entre los empleados y sus familias el bienestar físico, emocional y financiero -con atención médica integral para atender y prevenir las enfermedades.





### DEEPAK CHOPRA

Pionero en el campo de la Medicina Cuerpo-Mente conocida también como alternativa, el Dr. Deepak Chopra fue invitado como orador principal de la Cumbre. Tras presentar un video conmovedor sobre el origen de la vida y el ser humano -desde las células y la concepción hasta el desarrollo y nacimiento-, centró su conferencia en el genoma humano, el ADN y la decodificación del epigenoma.

"Durante años hemos escuchado que descifrar el genoma es la base para erradicar cualquier tipo de enfermedad, pero ahora sabemos que el ADN es constantemente modificado por el estilo de vida y el medio ambiente. Nuestra investigación epigenómica ha identificado más de 20 marcadores -de un total de 2,400- que no son inmutables: genes cuya decodificación nos permite influir en ellos positivamente y conferirles una dirección evolucionada, en términos de bienestar y desarrollo humano."

Las claves de esta revolucionaria teoría del Dr. Chopra incluyen dieta de fibra y probióticos, sueño planificado, meditación consciente, yoga, control de las emociones y ejercicio.

Con un postulado final sobre la necesidad de dar vida a un capitalismo que mida no el valor sino el bienestar neto de la sociedad, democratizándolo para llevarlo a más miembros de la sociedad -incluyendo ancianos, personas con cáncer niños y niños-, el Global Wellness Summit Mexico City 2015 fue un gran éxito... que esperamos se repita.

La Cumbre 2016 será en Tírol, Austria, del 17 al 19 de octubre. ¡Enhorabuena!