# BUCH/NGER W/LHELMI

# Índice

1. Las clínicas Buchinger Wilhelmi

### Destinos

Buchinger Wilhelmi Lago de Constanza (Alemania) Buchinger Wilhelmi Marbella (España)

100 de historia empresarial

2. El Programa Buchinger Wilhelmi

Efecto e indicaciones del ayuno

### **Estudios**

El estudio científico más amplio del mundo

3. La familia Buchinger Wilhelmi: una saga dedicada al ayuno

Dr. med. Otto Buchinger Maria Buchinger Wilhelmi Dra. med. Françoise Wilhelmi de Toledo Katharina Rohrer-Zaiser Victor Wilhelmi Leonard Wilhelmi

4. Contacto

# Las clínicas Buchinger Wilhelmi

### Destinos

Buchinger Wilhelmi Lago de Constanza (Alemania) Buchinger Wilhelmi Marbella (España)

100 de historia empresarial

"Cuando el cuerpo ayuna, el alma siente hambre."

Dr. med. Otto Buchinger

# Las clínicas Buchinger Wilhelmi

Con 6 000 pacientes al año procedentes de más de 60 países, más de 250.000 curas de ayuno con resultado satisfactorio y 100 años de experiencia en ayuno en cuatro generaciones, Buchinger Wilhelmi es la empresa líder en el mundo en ayuno terapéutico, medicina integrativa e inspiración.

La base del Programa Buchinger Wilhelmi es el ayuno según el método diseñado por el fundador de las clínicas, el Dr. Otto Buchinger (1878–1966). El método se ha seguido desarrollando de manera continuada en cooperación con centros de investigación universitarios, teniendo en cuenta los imparables avances de los últimos años en la investigación internacional sobre el ayuno.

Además del ayuno terapéutico, la base del método Buchinger, y las estrategias nutricionales complementarias, las clínicas ofrecen un sinnúmero de servicios terapéuticos, pero, ante todo, son un oasis de sosiego y relajación.





### Destinos

Buchinger Wilhelmi Lago de Constanza (Alemania) Desde su incomparable ubicación sobre el Lago de Constanza, la clínica Buchinger Wilhelmi ofrece vistas espectaculares del lago de Überlingen y los bosques que lo bordean, de la isla de Mainau y de las cumbres nevadas de los Alpes. En este entorno único, Otto Buchinger encontró el lugar ideal para una clínica de ayuno, tal como él se la imaginaba: cercana a la naturaleza, generosa, tranquila e inspiradora.

A lo largo de los años, la clínica que el Dr. Otto Buchinger fundó en 1953 junto con su hija Maria y su esposo, Helmut Wilhelmi, ha sido objeto de varias ampliaciones arquitectónicas. Cada una de las seis casas diseñadas individualmente está orientada al sur y desde casi todas las habitaciones se disfruta de una vista única sobre el Lago de Constanza.



### Recinto e instalaciones

- La clínica dispone de unas 150 habitaciones, que van desde un acogedor refugio hasta amplias y elegantes suites.
- El corazón del recinto es el parque, renovado en 2015, que cuenta con ocho jardines temáticos, un amplio espacio Kneipp y una piscina exterior climatizada. Un gimnasio, una sala de fitness con vistas al lago, un campo de deportes polivalente, una escuela de cocina, varias salas de conferencias y otras instalaciones, como un amplia zona de masajes y una sauna, completan la oferta.
- Seis casas de diferentes épocas albergan a los pacientes: desde la Villa Fichtenau, de estilo clásico tardío, hasta Villa Belgrano, que fue renovada en 2016 y ha sido galardonada con varios premios de arquitectura.

### Oferta médica

- más de **300 colaboradores** se ocupan del bienestar de los cerca de 3000 pacientes de todo el mundo que acuden anualmente a la clínica. A la cabeza de este numeroso equipo se encuentran **ocho médicos** con formación adicional en diferentes disciplinas (medicina interna, diabetología, medicina nutricional, medicina naturista, medicina ortomolecular, medicina china tradicional, etc.).
- Un **equipo de 40 personas**, compuesto por enfermeras, auxiliares de enfermería y personal de limpieza, **contribuye hacer más agradable** la estancia de los pacientes.
- El espectro terapéutico abarca más de 250 terapias diferentes de disciplinas como masajes y terapias de relajación, fitness, fisioterapia, nutrición y psicoterapia, impartidas por terapeutas debidamente cualificados.

# Certificados, distinciones y regionalidad

- Buchinger Wilhelmi utiliza exclusivamente alimentos con certificación ecológica, preferentemente de la región. Desde 2019, Buchinger Wilhelmi Bodensee es, además, la primera clínica del mundo cuya gastronomía cuenta con el certificado Demeter.
- Buchinger Wilhelmi Lago de Constanza garantiza una calidad certificada (DIN EN ISO 9001). Todos los procesos, desde el aseguramiento de la calidad hasta el desarrollo del personal y la relación con los proveedores, se realizan al más alto nivel según las normas de un moderno sistema de gestión de la calidad.
- Como clínica docente homologada por la Academia Alemana de Medicina Nutricional, Buchinger Wilhelmi realiza estudios científicos sobre nutrición e impulsa la evaluación de nuevas formas dietéticas.



### Buchinger Wilhelmi Marbella (España)

Las casas de la clínica Buchinger Wilhelmi en Marbella se asoman al Mediterráneo bajo la sombra protectora de palmeras muy antiguas. La arquitectura destaca por la luminosidad, el uso de materiales naturales y los colores y se integra armónicamente en el paisaje mediterráneo. En 1973, siguiendo el modelo de la clínica del Lago de Constanza, Maria Buchinger Wilhelmi, hija de Otto Buchinger y conocida como la "Gran Dama del Ayuno", creó en Marbella un lugar donde la salud y el bienestar de los pacientes focalizan la atención. El recinto, rodeado de fragantes jardines rebosantes de buganvillas, hierbas aromáticas, olivos y algarrobos, se enmarca plenamente en los criterios de sostenibilidad y regionalidad.



### Recinto e instalaciones

- La clínica dispone de 100 habitaciones, que van desde un acogedor refugio con vistas al jardín hasta amplias suites con vistas al mar y al peñón de Gibraltar.
- El recinto está compuesto por la Casa Principal, que data de 1973, y Villa Maria, construida en 2012. Ambos edificios están rodeados por un parque con plantas tropicales. La piscina exterior climatizable, un espacioso spa, un gimnasio, una sala de fitness con una zona independiente para pilates, una escuela de cocina, una biblioteca, varias salas de conferencias, propios huertos ecológicos, entre otras instalaciones, completan la oferta.
- En la "Casa de la Inspiración", inaugurada en 2018 sobre un terreno de más de 4 000 m², el tercer pilar del programa Buchinger Wilhelmi la inspiración –, con ofertas como yoga y meditación, un taller de arte, un jardín silvestre y una sala de conciertos, entre otras actividades, ofrece suficiente espacio para el desarrollo personal.

### Oferta médica

- Más de 200 colaboradores atienden a los cerca de 3 000 pacientes de todo el mundo que acuden cada año a la clínica en Marbella. Un equipo compuesto por más de diez médicos con formación adicional en diferentes disciplinas – medicina deportiva, medicina interna, diabetología, medicina nutricional, medicina naturista, medicina china tradicional, medicina ortomolecular, entre otrasse ocupan de la salud y el bienestar de los pacientes.
- Unas 20 enfermeras y auxiliares de enfermería ofrecen apoyo a los pacientes durante su estancia en la clínica.
- El espectro terapéutico abarca 250 terapias diferentes de disciplinas como masajes y terapias de relajación, fitness, fisioterapia, nutrición, psicoterapia y cosmética, impartidas por terapeutas debidamente cualificados.

# Certificados, distinciones y regionalidad

- Buchinger Wilhelmi Marbella garantiza una calidad certificada (DIN EN ISO 9001 e ISO 14001) con el objetivo de mejorar continuamente todos los servicios, utilizando al mismo tiempo los recursos medioambientales de forma más sostenible y consciente.
- A fin de conseguir el máximo nivel en la calidad y regionalidad de los alimentos, en 2018 se puso en marcha la iniciativa "CSA - Clinic Supported Agriculture" en cooperación con la Fundación Arboretum. En este proyecto, Buchinger Wilhelmi Marbella colabora con varios pequeños agricultores independientes localizados en un entorno de 30 km que aplican los principios de la permacultura y abastecen diariamente a la clínica con los mejores alimentos.



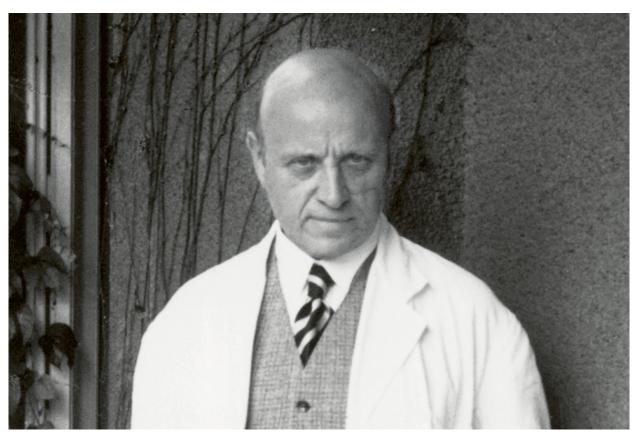
La 3ª y 4ª generación de la empresa familiar.

### 100 años de historia empresarial

Buchinger Wilhelmi es una exitosa empresa familiar en la cuarta generación. Sin embargo, el espíritu de la generación de los fundadores sigue vivo con la misma energía y empeño.

El **Dr. med. Otto Buchinger (1878–1966)** participó en la primera guerra mundial como médico de la Armada, hasta que en 1917 una poliartritis severa de carácter reumático le obligó a dejar el cargo. El padecimiento personal le llevó finalmente al ayuno terapéutico. Mediante el ayuno consiguió superar su grave enfermedad y desde entonces dedicó su vida a desarrollar metodológicamente una ayunoterapia con fundamento médico.

Como médico, centró su atención en todos los aspectos de la medicina integral. Como hombre espiritual, se interesó por la relación entre las fuerzas autocurativas psíquicas y físicas. Como **fundador del ayuno terapéutico**, combinó ambos enfoques en un método integrativo –el ayuno terapéutico Buchinger–, que a partir de 1920 aplicó con éxito en varias localidades y siguió desarrollando clínicamente.



Dr. med. Otto Buchinger (1878-1966).

En 1935 publicó su obra principal, "El ayuno terapéutico", que todavía hoy sigue siendo un libro de referencia.

En 1953 fundó una clínica de ayuno propia en Überlingen, a orillas del Lago de Constanza, junto con su **hija Maria** y su **yerno, Helmut Wilhelmi**, de la que todavía fue médico jefe durante algunos años, antes de fallecer en 1966 a la edad de 88 años.

En 1973, Maria Buchinger Wilhelmi y Helmut Wilhelmi abrieron otra clínica en la localidad andaluza de Marbella. En ambos establecimientos se sigue desarrollando consecuentemente su método. Maria Buchinger Wilhelmi está considerada internacionalmente como la "Gran Dama del Ayuno". Por su labor fue distinguida, entre otros muchos galardones, con la Cruz al Mérito de la República Federal de Alemania (1995), como antes lo había sido también su padre.

Hasta 2017, la tercera generación dirigió ambas clínicas: en Marbella, **Jutta Rohrer Wilhelmi** y **Claus Rohrer** siguieron aplicando e impulsando la obra de Maria Buchinger Wilhelmi. Desde 1985, la dirección de la clínica del Lago de Constanza está en manos de **hijo Raimund Wilhelmi** y de su **esposa, la Dra. Françoise Wilhelmi de Toledo**. En este lapso de tiempo, ambas clínicas no solo se han ampliado, sino que se han mantenido y se mantienen al día de los últimos avances de la ciencia y la investigación.

A finales de 2017, después de 35 años al mando de la clínica de Marbella, Jutta Rohrer Wilhelmi y Claus Rohrer se retiraron del negocio operativo. En 2018, **Katharina Rohrer-Zaiser** y **Victor Wilhelmi**, miembros de la cuarta generación, asumieron la dirección. El 1 de marzo de 2019, Raimund Wilhelmi traspasó a su **hijo Leonard Wilhelmi** sus competencias como director de la clínica Buchinger Wilhelmi del Lago de Constanza. **La Dra. Françoise Wilhelmi de Toledo** dirige el departamento científico de ambas clínicas.

# El ProgramaBuchinger Wilhelmi

Efecto e indicaciones del ayuno

### Estudios

El estudio científico más amplio del mundo

"Estimule el alma y la mente y el cuerpo calmará sus exigencias."

Dra. med. Françoise Wilhelmi de Toledo

# El Programa Buchinger Wilhelmi

El método integral desarrollado por el Dr. Otto Buchinger va mucho más allá de la mera reducción de la ingesta de alimentos sólidos. Durante el ayuno, las actividades físicas, contemplativas y creativas que estimulan el cuerpo y el espíritu desempeñan un papel relevante.

Hoy en día, el método diseñado por Otto Buchinger es la forma más popular de ayunar. A lo largo de los 100 años de historia de la clínica, el ayuno terapéutico Buchinger tradicional se ha ido desarrollando y actualizando hasta convertirse en un concepto extremadamente eficaz, documentado científicamente: el Programa Buchinger Wilhelmi.

Este concepto aúna el seguimiento tradicional del ayuno con la medicina integrativa y otros muchos impulsos para fomentar el desarrollo personal. Un diagnóstico altamente desarrollado permite enlazar el ayuno con la medicina naturista y complementaria, la terapia física y nutricional, la medicina psicosomática y la meditación, así como con otros muchos tratamientos para el cuerpo, la mente y el espíritu.

El programa de las clínicas Buchinger Wilhelmi consigue mucho más que la tan a menudo deseada pérdida de peso: ayuda a las personas a llevar una vida plena y saludable.

En línea con el método clásico, el Programa Buchinger Wilhelmi recomienda también una cura de ayuno de dos a cuatro semanas para obtener los mejores resultados. Lo ideal es un día de preparación, seguido de ocho a diez días de dieta líquida a base de caldos y zumos de frutas y verduras recién exprimidos y tres días de readaptación. Asimismo, existe la posibilidad de hacer una cura de ayuno más breve durante un periodo de diez pernoctaciones. Quien no pueda o no desee ayunar, puede elegir entre diversas estrategias nutricionales de la cocina ecológica, ovolactovegetariana o vegana.



### Efectos e indicaciones del ayuno

El ayuno terapéutico Buchinger Wilhelmi es un método en el que una persona prescinde voluntariamente de ingerir alimentos sólidos para vivir de sus reservas-básicamente reservas de grasa- durante un periodo de tiempo determinado. Como consecuencia de ello, se estimulan los procesos de autofagia y se activan las enzimas desintoxicantes, lo que genera una limpieza profunda de células y tejidos. Al mismo tiempo, el ayuno reduce los procesos inflamatorios, aliviando el dolor y las limitaciones de movilidad. El factor decisivo para el éxito de la cura de ayuno son los cuatro días de readaptación progresiva a la alimentación normal. En esta fase se activan las células madre durmientes y se crean nuevas estructuras. Es la fase de regeneración (llamada también de "rejuvenecimiento"), que encierra enormes potenciales terapéuticos.

Son muchas las enfermedades en las que está indicado el ayuno, pero también se puede hacer una cura al año con carácter preventivo. El ayuno preventivo está indicado, entre otras situaciones, cuando existen factores de riesgo, como sobrepeso (sobre todo si la grasa se acumula en la zona abdominal), hipertensión, diabetes tipo 2, hipercolesterolemia, tabaquismo, sedentarismo y estrés. A ello se añaden otras muchas indicaciones terapéuticas, que cada vez están siendo objeto de nuevas investigaciones y documentación científica.



En Buchinger Wilhelmi se tratan actualmente las siguientes patologías:

# Enfermedades cardiovasculares y sus factores de riesgo

- Hipertensión
- Tabaquismo
- · Cardiopatía coronaria
- Enfermedad oclusiva arterial periférica
- Estrés crónico
- Insuficiencia cardiaca
- · Linfoedema periférico

### Trastornos del metabolismo

- Obesidad
- Diabetes mellitus tipo 2
- · Hiperlipidemia
- Hiperuricemia

# Enfermedades crónicas inflamatorias y degenerativas

- Artritis/Artrosis
- Migrañas
- · Gastritis/Colitis
- Fibromialgia
- Alergias/Asma
- Estreñimiento crónico
- Esclerosis múltiple

# Estados de agotamiento físico y psíquico

- Estado de ánimo depresivo
- · Cansancio crónico
- Burnout

### Prevención y regeneración

 Promoción de la resistencia al estrés y defensa inmune



### **Estudios**

Junto a las indicaciones citadas, actualmente se está investigando sobre otras patologías. Es muy posible que la inclusión del ayuno terapéutico en la investigación de la longevidad, del alzhéimer y, en general, de las enfermedades neurológicas desemboque en descubrimientos realmente revolucionarios.

Buchinger Wilhelmi participa en la investigación internacional sobre el ayuno y la alimentación con "comida de verdad". El departamento de investigación de la clínica Buchinger Wilhelmi trabaja actualmente en varios estudios de gran envergadura bajo la dirección de la Dra. Françoise Wilhelmi de Toledo.

El estudio científico más amplio del mundo sobre el efecto del ayuno terapéutico Buchinger El estudio científico más amplio hasta ahora a nivel internacional sobre el efecto del ayuno terapéutico Buchinger, realizado bajo la dirección de la Dra. Françoise Wilhelmi de Toledo y su equipo en la prestigiosa clínica Buchinger Wilhelmi del Lago de Constanza, en cooperación con el Prof. Dr. Andreas Michalsen, de la Clínica Universitaria Charité de Berlín, fue publicado a principios de 2019.

El estudio ha evaluado una detallada recogida de datos de 1 422 ayunantes (41% hombres, 59% mujeres) que en 2016 realizaron una cura de ayuno de 5, 10, 15 o 20 días en la clínica Buchinger Wilhelmi según el programa de la misma.

Asimismo, el estudio documenta que el ayuno Buchinger es terapéuticamente seguro y eficaz, a la vez que fomenta el bienestar físico y emocional. Los resultados se publicaron on-line el 2 de enero de 2019 en la revista especializada PLOS ONE bajo el título "Safety, health improvement and well-being during a 4 to 21-day fasting period in an observational study including 1,422 subjects".



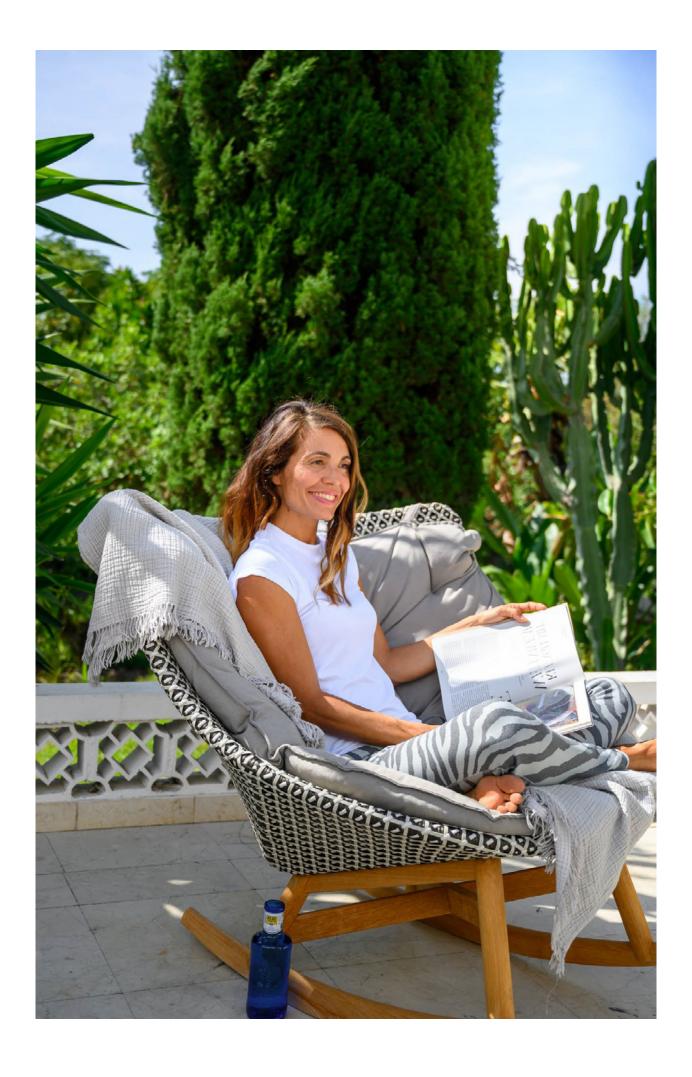
### En concreto, se ha demostrado lo siguiente:

- El ayuno moviliza la energía acumulada en el tejido adiposo del cuerpo humano. El metabolismo pasa de consumir glucosa a consumir preferentemente grasa y cetona, lo que tiene muchos efectos positivos. El cambio del metabolismo se manifiesta en la presencia constante de cuerpos cetónicos en la orina, tal como se documentó en el estudio.
- El ayuno conlleva una pérdida de peso significativa, reduce el perímetro abdominal y rebaja los valores de colesterol y lípidos en sangre.
- El ayuno normaliza también la presión arterial del ayunante y mejora los parámetros de la diabetes, tales como los niveles de azúcar en sangre y la HbA1c, contribuyendo así a mejorar muchos factores de gran importancia para la salud cardiovascular.

- Asimismo, en el 84% de los casos, el ayuno contribuyó a aliviar problemas de salud importantes, tales como artritis, diabetes tipo 2, hígado graso, hipercolesterolemia, hipertensión y estados de agotamiento.
- El 93 % de los sujetos **no sintió hambre** durante el ayuno, lo que contribuyó a su bienestar físico y emocional.
- El ayuno bajo supervisión médica provocó muy pocos efectos secundarios, que pudieron ser tratados sin mayor problema y sin necesidad de interrumpir el ayuno. En algunos casos, en los primeros tres días, los pacientes tuvieron un sueño inquieto, dolor de cabeza, molestias en la columna lumbar o se sintieron cansados.

En general se ha comprobado que este programa de ayuno se tolera bien y es una manera segura de prevenir enfermedades propias de la edad y de tratar trastornos crónicos del metabolismo, incluidos problemas de sobrepeso.

Françoise Wilhelmi de Toledo, Franziska Grundler, Audrey Bergouignan, Stefan Drinda, Andreas Michalsen: "Safety, health improvement and well-being during a 4 to 21-day fasting period in an observational study including 1422 subjects." PLOS ONE, January 2 2019 https://journals.plos.org/plosone/ article?id=10.1371/journal.pone.0209353



# 3. La familia Buchinger Wilhelmi: una saga dedicada al ayuno

Dr. med. Otto Buchinger Maria Buchinger Wilhelmi Dra. Françoise Wilhelmi de Toledo Katharina Rohrer-Zaiser Victor Wilhelmi Leonard Wilhelmi "Reír nos embellece y ayunar también."

Maria Buchinger Wilhelmi

# La familia Buchinger Wilhelmi: una saga dedicada al ayuno

### Dr. med. Otto Buchinger



Dr. med. Otto Buchinger nació en Darmstadt en 1878. Participó en la primera guerra mundial como médico de la Armada hasta que a la edad de 40 años una poliartritis severa de carácter reumático le obligó a dejar el cargo. En muy poco tiempo, su movilidad se vio muy limitada, hasta el punto de tener que abandonar el Ejército por invalidez. El padecimiento personal le llevó finalmente al ayuno terapéutico. En 1919 se sometió a su primera cura de ayuno. El éxito fue espectacular: el tratamiento le salvó la vida, que desde entonces dedicó al desarrollo metodológico de una ayunoterapia integral basada en la medicina ("El ayuno terapéutico"). Otto Buchinger empezó a aplicar su método en 1920 en el Sanatorio Dr. Otto Buchinger de Witzenhausen y siguió desarrollándolo clínicamente durante el resto de su vida. En 1935 inauguró una clínica de ayuno en Bad Pyrmont y, junto con su hija Maria y su yerno Helmut Wilhelmi, en 1953 fundó la clínica de Überlingen, junto al Lago de Constanza, de la que todavía fue médico jefe durante algunos años, antes de fallecer en 1966 a la edad de 88 años. Por su labor, el Dr. Otto Buchinger recibió en 1953 la Cruz al Mérito de la RFA.

### Maria Buchinger Wilhelmi



Maria Buchinger, la hija menor del Dr. Otto Buchinger, nació en Flensburg el 21 de mayo de 1916. Durante muchos años fue la ayudante personal de su padre. Su forma de tratar a los pacientes, haciéndoles sentir que su atención iba dedicada exclusivamente a cada uno de ellos, es legendaria. En 1943 contrajo matrimonio con Helmut Wilhelmi, que aportó un nuevo espíritu empresarial a la familia. En 1953, el matrimonio fundó la clínica de Überlingen, en el Lago de Constanza, junto con el Dr. Otto Buchinger, a la que en 1973 le siguió el establecimiento de Marbella. En esta época, el ayuno terapéutico era totalmente desconocido en España, por lo que Maria Buchinger Wilhelmi se convirtió en una auténtica pionera. En Marbella se la reconoce como la "Gran Dama del Ayuno", más allá incluso de los límites de la clínica. Pacientes tan célebres como la actriz Carmen Sevilla o el premio Nobel

de Literatura Mario Vargas Llosa formaron parte de su círculo de amigos más íntimos. "Doña Maria" convirtió la clínica en el mayor empleador extranjero de la Costa del Sol. Como reconocimiento de su labor recibió numerosas distinciones, entre ellas, al igual que su padre, la Cruz al Mérito de la RFA (1995). En 2003, el Centro de Iniciativas Turísticas de Marbella la distinguió con el galardón "Empresaria del Año", siendo la primera mujer y la primera extranjera en ostentarlo. Cuando Maria Buchinger Wilhelmi falleció en 2010 a la edad de 94 años, el prestigioso periódico El Mundo escribió: "El alma de Marbella ha muerto".

La fundación Maria Buchinger Foundation, creada en 2011, tiene como objetivo continuar la obra de Maria Buchinger Wilhelmi y su esposo Helmut Wilhelmi y, en especial, promover la investigación científica sobre el ayuno terapéutico y su documentación. Entre los medios para alcanzar dicho objetivo figuran la adjudicación y financiación de proyectos de investigación, así como la financiación de actividades de investigación, formación e información. Eventualmente, la Fundación concede el premio "Maria Buchinger Foundation". Más información en www.maria-buchinger-foundation.org.

### Dra. med. Françoise Wilhelmi de Toledo



La Dra. Françoise Wilhelmi de Toledo, nacida en Ginebra (Suiza) en 1953, es la directora del departamento científico de Buchinger Wilhelmi y responsable del concepto médico de las clínicas de Überlingen y Marbella. Además elle es presidenta de la fundación Maria Buchinger.

Cursó la carrera de Medicina en Ginebra y se doctoró en 1990 en Basilea con la tesis "Problemas metodológicos en la evaluación del equilibrio vitamínico durante el ayuno". En 1986 fundó la Asociación para el Ayuno y la Nutrición junto con otros compañeros de profesión, de la que sigue siendo la primera presidenta (www.aerztegesellschaft-heilfasten.de).

A lo largo de sus años de trabajo, la Dra. Wilhelmi de Toledo ha apoyado la actualización permanente y la documentación científica de la ayunoterapia y de la medicina integrativa y coordina la redacción de los principios rectores del ayuno. Asimismo, promueve la cooperación internacional con otras clínicas y universidades (por ejemplo, la Charité de Berlín y el CNRS de Estrasburgo), así como con el Instituto de Longevidad de la Universidad del Sur de California. La Dra. Françoise Wilhelmi de Toledo es autora de numerosas publicaciones, entre ellas del libro editado en cuatro idiomas "El arte del ayuno", y está considerada como una de las expertas en ayuno más reconocidas a nivel internacional.

Descubrió el ayuno personalmente a los dieciocho años y desde entonces ayuna todos los años. Desde 1996 asiste regularmente a los ejercicios espirituales de la Comunidad Cristiana de Grandchamp, en Suiza.

### Katharina Rohrer-Zaiser



Katharina Rohrer nació en Überlingen en 1981, pero se crió en España, donde asistió al Colegio Alemán de Málaga. En 2002 finalizó sus estudios en la Academia de Administración de Empresas e Idiomas de Stuttgart, graduándose en Gestión Turística. Posteriormente, cursó el grado de Administración de Empresas en la Escuela Superior Técnica de Ludwigshafen, en la especialidad de Marketing. Katharina Rohrer trabajó en Stuttgart, Marbella y Miami, antes de hacerse cargo, en 2012, del marketing de las clínicas Buchinger Wilhelmi.

Tras contraer matrimonio con Gerhard Zaiser, en 2014 vino al mundo su hija Zoe. Desde 2018 dirige la clínica Buchinger Wilhelmi de Marbella junto con Victor Wilhelmi.

La labor de Katharina Rohrer-Zaiser se centra sobre todo en el marketing: entre otras, organizó las actividades para festejar el "100° aniversario de Maria Buchinger", con cuyo motivo se realizó una película y se publicó una biografía de la "Gran Dama del Ayuno". Asimismo, junto con su hermana Johanna Pumberger ha diseñado la primera colección de ropa "Buchinger Wilhelmi by BRAEZ" y, en colaboración con proveedores regionales, elabora infusiones exclusivas para Buchinger Wilhelmi que ayudan al ayuno.

### Victor Wilhelmi



Victor Wilhelmi es el hijo mayor de la Dra. Françoise Wilhelmi de Toledo y Raimund Wilhelmi. Nació en Scherzingen (Suiza), en 1986. Tras pasar su etapa escolar en el internado del Castillo de Salem, comenzó sus estudios en la prestigiosa Escuela de Hostelería de Lausanne, que finalizó en 2011 con un Bachelor's Degree in Hospitality Administration and Management. Después de sendas estancias de prácticas en Londres y Mumbai, se incorporó al departamento de Desarrollo de un grupo internacional de gastronomía.

Asimismo, ha creado una e-learning-start-up y, entre otras, ha desarrollado la aplicación "Fastencoach", que sigue utilizándose en la rutina diaria de la clínica. En 2016 finalizó sus estudios en la IESE Business School de la Universidad de Navarra con un Máster en Administración de Empresas y, junto con su prima Katharina Rohrer-Zaiser, comenzó a trabajar en la clínica Buchinger Wilhelmi de Marbella, asumiendo ambos la dirección de la misma en 2018. En 2017, Victor Wilhelmi diseñó la iniciativa "CSA – Clinic Supported Agriculture" en cooperación con pequeños agricultores independientes que aplican los principios de la permacultura y abastecen diariamente a la clínica con los mejores productos cultivados en un entorno de 30 km. Entre sus proyectos estrella figura también la "Casa de la Inspiración", en la que en sus más de 4.000 m² de terreno diseñado como un jardín silvestre se pretende ofrecer a los pacientes fuentes de inspiración a través de distintas actividades, como yoga, pranayama (ejercicios respiratorios), aromaterapia, meditación y más de otras 20 ofertas terapéuticas. En 2018 contrajo matrimonio con la canadiense Isabelle M. Somers.

### Leonard Wilhelmi



Leonard Wilhelmi, el menor de los dos hijos de la Dra. Françoise Wilhelmi de Toledo y Raimund Wilhelmi, nació en Scherzingen (Suiza), en 1987. Tras cursar el bachillerato en el internado del Castillo de Salem, finalizó con éxito los estudios de máster en Gestión y Administración Internacional de Empresas en la Universidad de St. Gallen (HSG), después de haber cursado un semestre en el extranjero en la Universidad del Sur de California, en San Diego. En la Universidad de St. Gallen, Leonard Wilhelmi es presidente fundador del Family Business Club, creado con el objetivo de fomentar el intercambio entre estudiantes de la citada universidad y empresas familiares.

En 2013, Leonard y un compañero de estudios recibieron un premio del Foro de Innovación en el apartado de "empresa social" por la creación de la startup "Gartengold". Gartengold produce, en Suiza Oriental, zumo de manzana a partir de fruta sobrante en cooperación con personas discapacitadas.

Tras realizar varios periodos de prácticas en distintas empresas, entre otras, en una consultoría internacional, en 2015 se incorporó a una empresa internacional de telecomunicación que cotiza en Bolsa.

En 2017, Leonard Wilhelmi empezó a trabajar en la gestión de la clínica familiar Buchinger Wilhelmi del Lago de Constanza. El 1 de marzo de 2019, Leonard Wilhelmi recibió de su padre el testigo para dirigir la clínica Buchinger Wilhelmi del Lago de Constanza. Desde ese día, la dirección de la prestigiosa clínica de Überlingen se encuentra también en manos de la cuarta generación de la familia.

# Contacto

# Buchinger Wilhelmi Lago de Constanza

### Dirección

Wilhelm-Beck-Str. 27 88662 Überlingen Alemania +49 7551 807-0

### Mail

presse@buchinger-wilhelmi.com

### Internet

www.buchinger-wilhelmi.com

# Buchinger Wilhelmi Marbella

### Dirección

Avda. Buchinger 15 29602 Marbella España +34 952 76 43 00

### Mail

presse@buchinger-wilhelmi.com

### Internet

www.buchinger-wilhelmi.com

# Para noticias de prensa sobre Buchinger Wilhelmi visite nuestro portal on-line en

www.buchinger-wilhelmi.com/presse

### © Buchinger Wilhelmi 2020