



TERMAS DA  
PIEDADE

by Your Hotel & Spa Alcobça

# MENU DE TRATAMENTOS TERMAIS



## ÍNDICE

1) CONSULTAS.....	3
2) INGESTÃO DE ÁGUA TERMAL.....	3
3) HIDROTERAPIA .....	3
4) BANHOS.....	4
5) DUCHES.....	4
6) DRENAGENS.....	5
7) MASSAGENS.....	6
8) TÉCNICAS INTERNAS.....	6

## 1) CONSULTAS

CONSULTA MÉDICA DE HIDROLOGIA	€55,00
CONSULTA NUTRICIONAL	€40,00
CONSULTA DE FISIOTERAPIA	€45,00

## 2) INGESTÃO DE ÁGUA TERMAL

INGESTÃO DE ÁGUAS TERMAIS 7 DIAS	€25,00
----------------------------------	--------

## 3) HIDROTERAPIA (LIMITADO A 50% DA OCUPAÇÃO)

CIRCUITO DE HIDROTERAPIA (45')	€10,00
--------------------------------	--------

Acesso à piscina de hidromassagem, jacuzzi, sauna, banho turco, pedilúvio, passeio das chuvas, balde de água fria e zona de relaxamento.

**(SAUNA E BANHO TURCO SUSPENSOS DEVIDO AO COVID-19)**

CIRCUITO DE HIDROTERAPIA VIGIADO (45')	€20,00
--	--------

Supervisão no exterior da piscina por parte de um terapeuta que auxiliará o termalista ao acesso à piscina de hidromassagem, jacuzzi, sauna, banho turco, pedilúvio, passeio das chuvas, balde de água fria e zona de relaxamento, de modo a zelar pela segurança e bem-estar do aquista.

**(SAUNA E BANHO TURCO SUSPENSOS DEVIDO AO COVID-19)**

CIRCUITO DE HIDROTERAPIA ACOMPANHADO (45')	€40,00
--	--------

Acompanhamento no interior da piscina por parte de um terapeuta que auxiliará e orientará o termalista ao acesso à piscina de hidromassagem, jacuzzi, sauna, banho turco, pedilúvio, passeio das chuvas, balde de água fria e zona de relaxamento.

**(SAUNA E BANHO TURCO SUSPENSOS DEVIDO AO COVID-19)**

## 4) BANHOS

### **BANHO DE IMERSÃO (20')** **€25,00**

Banho de hidromassagem com água termal que proporciona uma sensação de bem-estar, ao mesmo tempo que realiza uma cura termal.

### **BANHO SUBAQUÁTICO (20')** **€25,00**

Banho de hidromassagem de ação regeneradora que atua através da utilização de água termal para fins terapêuticos.

## 5) DUCHES

### **DUCHE VICHY GERAL (25')** **€30,00**

Tratamento que combina técnicas de massagem manual com jatos de água quente termal ao longo de todo o corpo. É uma massagem onde a energia da água em movimento comunica com o corpo, possibilitando o alívio da dor e a ativação da circulação sanguínea.

### **DUCHE VICHY LOCALIZADO (15')** **€20,00**

Tratamento que combina técnicas de massagem manual com jatos de água quente termal localizados em zona específica do corpo. É uma massagem onde a energia da água em movimento comunica com o corpo, possibilitando o alívio da dor e a ativação da circulação sanguínea.

### **DUCHE AGULHETA (15')** **€20,00**

Duche com jatos de água termal, reguláveis pelo terapeuta em temperatura e pressão. Este tratamento visa a melhoria da circulação sanguínea, promovendo também o relaxamento muscular através de uma sensação revigorante.

## 6) DRENAGENS

### DRENAGEM LINFÁTICA 1 ZONA (30')

€35,00

Técnica específica de massagem suave em uma zona, efetuada através de movimentos no sentido ganglionar. Ativa a circulação linfática e o sistema imunitário, proporcionando uma sensação de leveza e relaxamento, libertando toxinas acumuladas nos tecidos cutâneos.

### DRENAGEM LINFÁTICA 2 ZONAS (50')

€55,00

Técnica específica de massagem suave em duas zonas do corpo, efetuada através de movimentos no sentido ganglionar. Ativa a circulação linfática e o sistema imunitário, proporcionando uma sensação de leveza e relaxamento, libertando toxinas acumuladas nos tecidos cutâneos.

### PRESSOTERAPIA (20') (SUSPENSO DEVIDO AO COVID-19)

€20,00

Tratamento que auxilia na desintoxicação do organismo através da reativação do sistema circulatório, proporcionando uma sensação de leveza e relaxamento, libertando toxinas acumuladas nos tecidos cutâneos.

## 7) MASSAGENS

### MASSAGEM ABDOMINAL (15')

€20,00

Massagem abdominal que através de movimentos circulatorios ativará o sistema circulatorio e irá relaxar os músculos contribuindo para a eliminação de toxinas, melhorando o aparelho digestivo e intestinal.

### MASSAGEM TERAPÊUTICA GERAL (50')

€60,00

Massagem geral que utiliza manobras adequadas às zonas de maior desconforto. Este tipo de massagem é geralmente utilizado para relaxamento muscular e auxilia a corrigir a postura. Mediante a avaliação médica poderão ser utilizadas metodologias complementares adequadas à situação do aquista.

### MASSAGEM TERAPÊUTICA LOCALIZADA (30')

€40,00

Massagem localizada que utiliza manobras adequadas às zonas de maior desconforto. Este tipo de massagem é geralmente utilizado para relaxamento muscular e auxilia a corrigir a postura. Mediante a avaliação médica poderão ser utilizadas metodologias complementares adequadas à situação do aquista.

## 8) TÉCNICAS INTERNAS

### HIDROCOLONTERAPIA (VARIÁVEL)

€80,00

**(SUSPENSO TEMPORARIAMENTE DEVIDO AO COVID-19 OU NECESSÁRIO TESTE COVID19 PARA REALIZAR ESTA TERAPIA (DA RESPONSABILIDADE DO UTENTE))**

A Hidrocolonterapia consiste numa purificação e desintoxicação do intestino. Após uma limpeza profunda é introduzida a água termal que, para além de ser um poderosíssimo desinfetante e anular/neutralizar qualquer infeção ou inflamação presente nas paredes do intestino, elimina alguns micro-organismos (bactérias) prejudiciais à saúde do intestino. Esta é uma terapia segura, confortável e indolor, que limpa e desintoxica profundamente as mucosas, libertando detritos estacionados, toxinas, excesso de mucosidades e parasitas. Durante a sessão, a pessoa fica deitada numa posição cómoda enquanto a água percorre o cólon, sendo a sua dignidade totalmente preservada. Tempo de tratamento variável entre 30 a 60 min, não sendo o tratamento linear para todos os utentes.