

THERMAS

ANTÔNIO

CARLOS

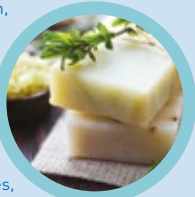
POÇOS DE CALDAS

cardápio de serviços

BANHOS TERMAIS	
BANHO TERMAL DE IMERSÃO	
Banho em cabine individual com água termal sulfurosa na temperatura de 37°C. Imerso em água parada. Indicação: reumatismo crônico, paralisias, nevrites, flebites e varizes, nevralgias diversas, doenças crônicas de pele, doenças alérgicas e bronquites crônicas. Contraindicação: estado febril, infecções e inflamações, hemorragia, câncer, disenteria, fraqueza, hipertensão e gestantes.	
BANHO TERMAL DE HIDROMASSAGEM	
Banho em cabine individual com água termal sulfurosa na temperatura de 37°C. Jatos de hidromassagem com efeito de massagem mecânica. Indicação: cansaço, insônia e manifestações nervosas. Contraindicação: estado febril, infecções e inflamações, gestantes, hemorragia, câncer, disenteria, fraqueza, hipertensão.	
BANHO TERMAL PÉROLA	
Banho em cabine individual com água termal sulfurosa na temperatura de 37°C. Jatos suaves de ar comprimido. Indicação: sedativo, relaxante, insônia, alívio de dores e espasmos musculares. Contraindicação: estado febril, infecções e inflamações, gestantes, hemorragia, câncer, disenteria, fraqueza, hipertensão.	
DUCHAS	
DUCHA ESCOCESA	
Jatos de pressão de diferentes temperaturas, aplicados manualmente para provocar hiperemia. Indicação: dores musculares, insônia, ansiedade, relaxamento, depressão, esgotamento nervoso. Contraindicação: inflamação, câncer, varizes expostas, osteoporose, gestantes.	
DUCHA CIRCULAR	
Jatos de pressão de diferentes temperaturas para provocar hiperemia (não são aplicados manualmente). Indicação: doenças nervosas com excitação, insônia, esgotamento nervoso, perturbações nervosas da menopausa, histeria, tremores, parkinsonismo, tiques nervosos, hipertireoidismo, paralisias espasmódicas. Contraindicação: inflamação, câncer, varizes expostas e osteoporose, gestantes.	

BANHO TERMAL AROMÁTICO

Banho em cabine individual com água termal sulfurosa na temperatura de 37°C. Jatos de hidromassagem, acrescidos de sais de banho e óleo essencial com propriedades terapêuticas.
Indicação: sedativo, relaxante, insônia, alívio de dores e espasmos musculares.
Contraindicação: estado febril, infecções e inflamações, gestantes, hemorragia, câncer, disenteria, fraqueza, hipertensão.



BANHO TERMAL DE OFURÔ

Banho de tradição japonesa em uma banheira de madeira, comportando até 4 ou até 12 pessoas. Água termal sulfurosa na temperatura de 37°C. Jatos de hidromassagem, acrescidos de óleo essencial e extrato glicólico com propriedades terapêuticas.
Indicação: melhora na circulação sanguínea, desintoxicação da pele, estímulo da atividade celular, fortalecimento dos tecidos, auxílio na prevenção da celulite e da flacidez corporal.
Contraindicação: estado febril, infecções e inflamações, gestantes, hemorragia, câncer, disenteria, fraqueza, hipertensão.



DUCHA CAPILAR COM MASSAGEM FACIAL

O procedimento inicia-se com a higienização da pele para remover impurezas. Em seguida, um creme hidratante é aplicado com uma combinação de técnicas de massagem, com pressão suave e deslizamento, para relaxar os músculos faciais e estimular a circulação sanguínea. Após a massagem, é aplicada uma máscara hidratante. Durante o tempo de descanso da máscara, é ligada a ducha capilar, promovendo um total relaxamento.
Indicação: relaxamento e alívio do estresse; melhora do sono; alívio de dores de cabeça.
Contraindicação: procedimentos químicos (alisamento e coloração) recente (15 dias), extensão de cabelo (mega hair), dermatite, epilepsia, gestante, hipotensão, tratamento oncológico.

SAUNAS	
SAUNA ÚMIDA	
Conhecida também como banho turco ou sauna a vapor, tem ação sedativa, tranquilizante, desintoxicante, estimulante da sudorese e da circulação. Indicação: fadiga, desgastes físico e mental, insônia, complicações crônicas dos reumatismos, má circulação das extremidades, infecções respiratórias, perturbações da pele em adolescentes. Contraindicação: todas as doenças agudas febris, infecções e inflamações agudas, doenças cardíacas, aneurismas, arteriosclerose adiantada, epilepsia, hanseníase, tuberculose, hipertensão e hipotensão arterial, gestantes, hemorragia em geral.	
SAUNA SECA	
Conhecida como finlandesa, a sauna seca tem ação sedativa, tranquilizante, desintoxicante, estimulante da sudorese e da circulação. Indicação: fadiga, desgastes físico e mental, insônia, complicações crônicas dos reumatismos, má circulação das extremidades, infecções respiratórias, perturbações da pele em adolescentes. Contraindicação: todas as doenças agudas febris, infecções e inflamações agudas, doenças cardíacas, aneurismas, arteriosclerose adiantada, epilepsia, hanseníase, tuberculose, hipertensão e hipotensão arterial, gestantes, hemorragia em geral.	

MASSAGENS E PROCEDIMENTOS ESTÉTICOS	
MASSAGEM COM PEDRAS QUENTES	
Massagem no corpo inteiro. Técnica que utiliza pedras vulcânicas com o objetivo de relaxamento por meio da termoterapia. Indicação: dores musculares, ativa a circulação, fibromialgia, sinusite e insônia. Contraindicação: hipertensão, inflamação, câncer, insuficiência renal, coágulo de sangue, ferimentos abertos.	
MASSAGEM RELAXANTE	
Massagem no corpo inteiro. Técnicas suaves na musculatura do corpo. Indicação: relaxamento por meio do toque. Contraindicação: hipertensão, inflamação, câncer, insuficiência renal, coágulo de sangue, ferimentos abertos.	
MASSAGEM COM PINDAS CHINESAS	
Massagem no corpo inteiro. Utiliza técnica que relaxa e trata o organismo por meio de aromaterapia e termoterapia. Indicação: dores musculares, ativa a circulação, fibromialgia, sinusite e insônia. Contraindicação: hipertensão, inflamação, câncer, insuficiência renal, coágulo de sangue, ferimentos abertos.	
LIPOSHOCK ABDOMINAL	
Sistema de tratamento para gordura localizada. Indicação: diminuir medidas, modelar o corpo, celulite, flacidez. Contraindicação: insuficiência renal e hepática, câncer, infecção e inflamação, trombose venosa.	
MASSAGEM CHINESA TUINÁ	
Massagem no corpo inteiro. Utiliza técnica chinesa, com movimentos constantes e rápidos. Indicação: dores musculares, insônia, ansiedade. Contraindicação: hipertensão, inflamação, câncer, insuficiência renal, coágulo de sangue, ferimentos abertos.	

QUICK MASSAGE	
Massagem rápida nos ombros, costas, braços e mãos. Efeito relaxante e alívio de tensão. Indicação: tensão muscular, estresse, insônia. Contraindicação: hipertensão, inflamação, câncer, insuficiência renal, coágulo de sangue, ferimentos abertos.	

MASSAGEM COM VELAS

Utiliza a cera da vela derretida quente sobre o corpo, executando movimentos de massagem relaxante com fins terapêuticos. Essas velas são de tipo vegetal com diferentes aromas de óleos essenciais.
Indicação: alívio de estresse, sensação de conforto físico, diminuição de cansaço, insônia, melhora da circulação sanguínea, redução de edemas e hidratação da pele que pode durar até 15 dias.
Contraindicação: febre, lesões abertas, infecções, inflamações, tumores malignos e gestantes até o terceiro mês de gestação.

MASSAGEM COM TOALHAS QUENTES

Massagem realizada no corpo todo, com óleos vegetais e auxílio de toalhas aquecidas úmidas ou não. São realizados movimentos rítmicos e de pressão, liberando calor e produzindo um efeito vasodilatador que estimula a circulação sanguínea.
Indicação: diminuição de ansiedade, insônia, desintoxicação da pele, melhora do metabolismo, redução de gordura localizada e celulite.
Contraindicação: trombose, hipertensão descontrolada, distúrbios de sensibilidade, tumores malignos, gestantes, inflamações e infecções.

DRENAMAX FLOW

Associa movimentos específicos e estímulos energéticos, embasados na medicina chinesa e na física quântica.
Indicação: modela, melhora a celulite e o inchaço. Resgata a saúde, trazendo equilíbrio para corpo e mente.
Contraindicação: cirurgia recente sem liberação médica, trombose e febre.

MASSAGEM COM VENTOSAS

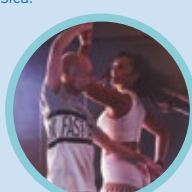
É um tipo de tratamento natural em que são criados vácuos na pele por meio de ventosas que estimulam a circulação sanguínea, sendo liberadas as toxinas existentes no sangue e também dispersando as energias acumuladas.
Indicação: são indicadas para tratamento de dores causadas por exercícios físicos em excesso, dores nas costas, reumatismos, enxaqueca, ansiedade, estresse e redução da aparência de cicatrizes e celulites.
Contraindicação: trombose, tromboflebite, distúrbios hemorrágicos, varizes, feridas, febre e fratura no local do tratamento. O local da aplicação pode ficar dolorido e arroxeadado por 5 a 10 dias.



MASSAGEM TERAPÊUTICA	
Tem como objetivo tratar as queixas dos clientes, como uma determinada dor por exemplo. A conduta do profissional para a massagem terapêutica é utilizar recursos para criar um protocolo adequado às necessidades clínicas do cliente, sendo portanto, uma massagem personalizada. Indicação: tratamento da dor. Contraindicação: gestantes até o terceiro mês, câncer.	
MASSAGEM MIOFASCIAL	
A técnica emprega instrumentos específicos como ventosas, raspadores, ganchos, agulhas e até mesmo dispositivos eletrônicos, para gerar estímulos mecânicos nos músculos, tendões e ligamentos, com o objetivo de modificar as suas estruturas, aprimorando a sua capacidade e acelerando a sua recuperação após lesões, buscando deixá-los aptos para exercer as suas funções normais. Indicação: para quem busca alívio da dor, uma vez que trabalha sobre o músculo lesionado, recuperando coordenação, flexibilidade e força da região acometida pelo desgaste. Contraindicação: problemas circulatórios, hipersensibilidade à dor, lesões musculares, esteja em tratamento anticoagulante e/ou faça uso de medicamentos anticoagulantes, hematomas, gestantes até o terceiro mês, feridas, infecções, hipersensibilidade da pele, diabetes não controlada, osteoporose, fraturas.	
GOMAGEM CORPORAL	
Esfoliação no corpo inteiro. Utiliza técnica que relaxa e esfolia simultaneamente. Indicação: remoção de células mortas, estresse, insônia. Contraindicação: hipertensão, inflamação, câncer, insuficiência renal, coágulo de sangue, ferimentos abertos.	
VIVÊNCIA SENSORIAL GUIADA	
Prática com caráter relaxante, inclui escalda-pés, respiração guiada para relaxamento, alongamentos suaves (em posição sentada e mediante consentimento), aplicação de Reiki, uso de cristais como apoio sensorial, massagem relaxante nas costas e degustação de bebida quente (de cacau ou chá) como parte da experiência. Indicação: suporte complementar para ansiedade; estresse; insônia; exaustão emocional; sobrecarga mental; luto; sofrimento emocional e dor crônica. Pode ser direcionada a pacientes oncológicos, mediante liberação médica, quando necessário. Contraindicação: em casos de problemas cardíacos instáveis (arritmias, taquicardia sem controle, insuficiência cardíaca descompensada); pressão arterial muito desregulada; gestação até o terceiro mês ou gravidez de alto risco; crise de ansiedade ou pânico ativa no dia; gastrite severa; mucosite ativa; diarreia importante; feridas abertas ou infecção ativa nos pés; neuropatia diabética grave; surto psiquiátrico ativo (psicose ou mania); tratamento oncológico ativo sem liberação médica; uso de medicamentos IMAO ou aqueles com restrição a estimulantes.	
SEITAI LOCALIZADO	
Diferente do seitai tradicional, que pode ser feito em diversas partes do corpo, o seitai localizado é feito somente nas costas. Utiliza-se um martelo de madeira, dando leves batidas na área, a fim de aliviar tensões. Semelhante à quick massage. Indicação: para problemas como escolioses; hiperlordoses; correção postural; dores ciáticas; dores de cabeça; estresse; insônia, dores musculares; bursite; tendinite; LER; câibra; problemas digestivos; perda de energia e fadiga em geral. Contraindicação: em casos de tumores malignos; epidemias agudas; acidentes; câncer; doenças contagiosas; contusões graves; gravidez e outros.	
ESCALDA-PÉS	
Pés imersos na água termal sulfurosa, combinado à esfoliação, hidratação e massagem dos pés ao joelho. Indicação: remoção de células mortas, edema, má circulação, estresse, insônia. Contraindicação: hipertensão, inflamação, câncer, insuficiência renal, coágulo de sangue, ferimentos abertos.	
REFLEXOLOGIA	
Aplicação de pressões em regiões específicas dos pés. Identificação dos pontos relacionados com cada órgão do corpo. Indicação: tensão, estresse, má circulação. Contraindicação: ferimentos abertos na região dos pés, gestantes, pessoas que fazem uso de marca-passo, trombose.	
BOTA DE COMPRESSÃO	
Também chamada de bota pneumática, tem como principal objetivo a recuperação muscular, sendo muito utilizada pelos atletas. Melhora o fluxo sanguíneo e a elasticidade cutânea, diminui edemas, reduz o inchaço e a inflamação, tem facilidade de absorção de proteínas e, a longo prazo, melhora o desempenho muscular e a longevidade. Indicação: melhora a elasticidade cutânea, diminui edemas, reduz inchaço e inflamação, facilita a absorção de proteínas. Contraindicação: pessoas com problemas de circulação sanguínea, trombose e problemas de pele.	
DRENAGEM LINFÁTICA	
Drenagem no corpo inteiro. Tem por objetivo estimular o sistema linfático. Indicação: inchaço, celulite, problemas circulatórios. Contraindicação: insuficiência renal e hepática, câncer, infecção e inflamação, trombose venosa.	
SEITAI	
Sei (alinhar) Tai (corpo) ou quiropraxia japonesa é uma técnica de massagem especializada que previne e trata doenças por meio de manobras específicas com as mãos. Ao dilatar vasos capilares dos músculos, aumenta o fluxo sanguíneo e a oxigenação e melhora a resistência e a elasticidade muscular, diminuindo a propensão a contraturas. Também melhora a lubrificação das articulações e fortalece ligamentos. Outros benefícios são: melhora a circulação sanguínea, devido à dilatação dos vasos; ajuda em problemas respiratórios; auxilia na digestão. Indicação: para problemas como escolioses; hiperlordoses; correção postural; dores ciáticas; dores de cabeça; estresse mental; insônia; dores musculares; bursite; tendinite; LER; câibra; problemas digestivos; perda de energia e fadiga em geral. Contraindicação: em casos de tumores malignos; epidemias agudas; acidentes; câncer; doenças contagiosas; contusões graves; gravidez e outros.	
QUIROPRAXIA	
Dedica-se ao diagnóstico, tratamento e prevenção de distúrbios no sistema neuroesquelético. A técnica também atua para desenvolver um tratamento completo para problemas ligados às articulações, músculos, tendões, nervos e outras estruturas fundamentais do nosso organismo. Indicação: pessoas de qualquer idade (desde recém-nascidos a idosos), grávidas também estão liberadas. Contraindicação: tumores malignos, fraturas, osteoporose severa, infecções ósseas, espondilite anquilosante, instabilidades na medula espinhal, risco elevado de acidente vascular cerebral e histórico de cirurgia na coluna.	

TRATAMENTOS FACIAIS	
MICROAGULHAMENTO	
Procedimento estético minimamente invasivo que utiliza um aparelho manual com microagulhas de 0,05mm a 1,5mm de acordo com cada tratamento e tipo de pele, estimulando as fibras naturais, indução percutânea de colágeno, além de proporcionar firmeza e sustentação. O procedimento pode ser realizado com ou sem a aplicação tópica de um anestésico. Indicação: para remover cicatrizes de acne, manchas senis e solares, rugas ou linhas de expressão da pele. Melhora a flacidez, diminui os poros dilatados. Reduz ainda as estrias corporais. Contraindicação: acne ativa, infecção por herpes labial, se estiver tomando remédios anticoagulantes como heparina ou aspirina, se tiver histórico de alergias a pomadas anestésicas locais, se estiver realizando radioterapia ou quimioterapia. Em caso de diabetes mellitus não controlada, doença autoimune ou câncer de pele.	
HIDRATAÇÃO FACIAL	
Tratamento estético que restaura a hidratação e contribui com a vitalidade da pele do rosto. Envolve higienização, esfoliação, emoliência e massagem com hidratante, aplicação de máscara e finalização com protetor solar. Indicação: para repor na pele os nutrientes e a umidade essenciais; melhorar a textura e a aparência; reduzir a visibilidade de rugas e linhas finas; acalmar e proteger a pele sensível ou irritada. Para peles seca ou desidratada, sensível ou irritada, com sinais de envelhecimento (rugas, linhas finas), exposta ao sol ou poluição, com rosácea (em alguns casos). Contraindicação: em peles com lesões ou feridas abertas; com infecções bacterianas ou fúngicas; com alergia a produtos cosméticos.	
LIMPEZA DE PELE	
Higienização, esfoliação e remoção de células mortas, cravos, espinhas e impurezas da pele. Indicação: acnes, miliuns, espinhas, cravos. Contraindicação: pessoas com alergia a componentes dos produtos utilizados. Se fizeram botox, preenchimento ou qualquer outro procedimento invasivo, aguardar pelo menos 30 dias e, se passaram por cirurgia no rosto, aguardar pelo menos 4 meses.	
REVITALIZAÇÃO FACIAL	
Tratamento realizado com ou sem auxílio de eletroterapia (ionização, peeling de cristal ou de diamante), de acordo com as necessidades de cada cliente. Utiliza cosméticos com ativos de fator de crescimento que estimula a síntese do colágeno, melhorando a flacidez tissular, rugas e linhas de expressão. Indicação: peles envelhecidas e desvitalizadas, rugas, sinais de expressão. Contraindicação: Se fizeram botox, preenchimento ou qualquer outro procedimento invasivo, aguardar pelo menos 30 dias e, se passaram por cirurgia no rosto, aguardar pelo menos 4 meses.	
REVITALIZAÇÃO LABIAL	
Tratamento estético que restaura a aparência e a saúde dos lábios, melhorando a textura, a cor e a hidratação. Inclui higienização e antisepsia; esfoliação específica para lábios; aplicação de sérum rico em ácido hialurônico e vitaminas; máscara de hidratação; finalização com britho labial regenerador ou hidratante, muitas vezes contendo cor, para selar o procedimento. Indicação: para lábios secos ou desidratados, com linhas ou rugas. Contraindicação: em casos de lábios com lesões ou feridas abertas; com infecções bacterianas ou fúngicas ou alergia a produtos cosméticos.	
T ERAPIAS HOLÍSTICAS	
BARRAS DE ACCESS	MTVSS
São 32 pontos em torno da cabeça que são tocados de forma suave, promovendo relaxamento, leveza e bem-estar. Indicação: ansiedade, depressão, estresse, insônia, síndrome do pânico, fadiga e dores. Contraindicação: não há contraindicação.	Procedimento energético feito com toques ao longo do corpo. Indicação: reforçar a função natural do corpo, modificando e restaurando o metabolismo, restaurar o sistema imunológico, promover o bem-estar, reduzir dores. Contraindicação: não há contraindicação.
MEDICINA TRADICIONAL CHINESA	
ACUPUNTURA	SHIATSU
Técnica chinesa que trabalha com o sistema nervoso central, enviando mensagens ao cérebro por meio de estímulos das agulhas nos meridianos. Indicação: dores musculares, nódulos de tensão, dores de cabeça, dores no pescoço e escápula. Contraindicação: estados de alta ansiedade, níveis elevados de estresse emocional, síncope com reação a injeções.	Massagem no corpo inteiro. Utiliza técnica japonesa que consiste em liberar nódulos de tensão muscular por meio de pressão dos dedos ou cotovelo. Indicação: dores musculares, nódulos de tensão, dores de cabeça, dores no pescoço e escápula. Contraindicação: varizes, gestantes, hemorragia, câncer, osteoporose, edema, inchaço e fraturas.
ACUPUNTURA AURICULAR	
A auriculoterapia é uma terapia natural que consiste na estimulação de pontos nas orelhas, sendo por isso muito semelhante à acupuntura. Indicação: dores por torções, contraturas ou distensões musculares. Problemas reumáticos, respiratórios, cardíacos, urinários, digestivos, hormonais (como obesidade, anorexia ou doenças da tireoide) e psicológicos (ansiedade ou depressão). Também pode ser utilizada para tratar a hipertensão, vertigens ou palpitações. Contraindicação: não há contraindicação.	

SPAS	
SPA DE CHOCOLATE	SPA DETOX
Aplica-se máscara de chocolate no rosto e faz-se massagem relaxante com creme de mousse de chocolate. A sala é preparada com aroma (essência) de chocolate. Indicação: a chocolaterapia proporciona hidratação e revitalização da pele e intensa sensação de bem-estar; ajuda na prevenção do aparecimento de rugas; estimula o metabolismo e a produção de serotonina no cérebro, hormônio responsável pela sensação de tranquilidade, relaxamento e felicidade. Contraindicação: em casos de hipertensão; inflamação; câncer; insuficiência renal; coágulo de sangue; ferimentos abertos; alergia ao cacau.	Tratamento estético natural à base de argilas e água termal. Inclui limpeza e esfoliação com produtos termogênicos que ativam a circulação. É aplicada uma pasta de argila na área com maior queixa. É colocada manta térmica, que relaxa a musculatura e intensifica a desintoxicação. Em seguida, massagem drenante, banho de imersão em água termal e degustação de chá detox. O procedimento pode ser individual ou em casal, ressaltando que os banhos são individuais. Indicação: eliminação de toxinas e líquidos; redução de inchaço e celulite; estímulo do sistema linfático; melhora da firmeza, elasticidade e textura da pele; relaxamento. Contraindicação: em casos de problemas cardíacos e hipertensão; gestantes; alergia ao enxofre; feridas abertas ou lesões; pele extremamente sensível ou com rosácea; processos infecciosos ou febre; trombose venosa; câncer em atividade; insuficiência renal.
SPA FLORAL	SPA HARMONIA
Spa de ervas e flores com diversos benefícios ao corpo e à mente, por meio da aromaterapia e do toque. Em sala preparada com velas aromáticas e óleos essenciais, é realizada uma esfoliação corporal para ajudar na absorção dos ativos usados. Para a massagem, o cliente escolhe os óleos de acordo com o protocolo desejado: relaxamento (camomila e maracujá); energia (alecrim, hortelã e lavanda); anti-inflamatório e alívio (erva-baleeira, alecrim, lavanda e arnica). Para finalizar, banho de imersão com ativos e degustação de chá. O procedimento pode ser individual ou em casal, ressaltando que os banhos são individuais. Indicação: para relaxamento e alívio do estresse; energização e revitalização; combate ao cansaço mental e físico; desintoxicação do corpo; relaxamento dos músculos; melhoria da circulação; tonificação e hidratação da pele; bem-estar físico. Contraindicação: em casos de problemas cardíacos e hipertensão; gestantes; alergia a flores ou ervas específicas dos protocolos; feridas abertas ou lesões; pele extremamente sensível ou com rosácea corporal; processos infecciosos ou febre; trombose venosa; câncer em atividade; insuficiência renal.	Atendimento exclusivo e diferenciado para duas pessoas simultaneamente ou individual. Conta com um delicioso chá com bolachinhas, escalda-pés e massagem relaxante, podendo ser finalizada com pedras quentes ou velas. Indicação: para relaxamento e alívio do estresse; ação terapêutica; bem-estar emocional. Contraindicação: em casos de problemas cardíacos e hipertensão; gestantes; feridas abertas ou lesões; pele extremamente sensível ou com rosácea corporal; processos infecciosos ou febre; trombose venosa; câncer em atividade; insuficiência renal.
VINOTERAPIA	SPA OLIVA
Tratamento estético corporal com ativos da uva (polifenóis, resveratrol) para hidratar e firmar a pele, combatendo radicais livres, com ação antioxidante e anti-idade. Inclui limpeza e esfoliação (rosto e corpo), com escovação a seco, e massagem para potencializar a absorção dos nutrientes. Para finalizar, banho de imersão em água termal com ativos de uva e degustação de suco de uva. Não é usado vinho alcoólico puro. O procedimento pode ser individual ou em casal, ressaltando que os banhos são individuais. Indicação: para hidratação e nutrição da pele; auxílio na queima de calorias e redução de medidas e celulite (pela indução da termogênese); desintoxicação; renovação celular (estímulo à produção de colágeno e elastina); relaxamento. Contraindicação: em casos de problemas cardíacos e hipertensão, gestantes, alergia a componentes da uva; feridas abertas, lesões ou queimaduras solares; pele extremamente sensível ou com dermatites ativas; processos infecciosos ou febre; trombose venosa profunda; câncer em atividade; insuficiência renal.	Spa com cosméticos de azeite de oliva Oli soft, de propriedades emolientes e antioxidantes, criando experiências relaxantes e revitalizantes. Inclui massagem hidratante e esfoliações corporais. Para finalizar, banho de imersão em água termal com folhas de oliveira e sabonete de azeite, além de degustação de chá. O procedimento pode ser individual ou em casal, ressaltando que os banhos são individuais. Indicação: para hidratação intensa; nutrição da pele; remoção de células mortas; alívio do estresse. Contraindicação: em casos de problemas cardíacos e hipertensão; gestantes; feridas abertas ou lesões; pele extremamente sensível ou com rosácea corporal; processos infecciosos ou febre; trombose venosa; câncer em atividade; insuficiência renal.

PISCINA E DANÇAS	
HIDROGINÁSTICA	DANÇAS
Desenvolve o condicionamento muscular, os sistemas cardíaco e pulmonar e a mobilidade articular. Treina o corpo todo graças ao trabalho contra resistência da água. Indicação: para pessoas que estão iniciando ou dando continuidade à prática de exercícios, que não possuem nenhuma contraindicação e que procuram uma atividade elaborada com exercícios seguros, eficazes e relaxantes ao final da aula. Contraindicação: para pessoas que ainda possuem limitações de saúde e que tenham indicação médica com cuidados especiais para sua recuperação.	Aulas elaboradas com excelentes coreografias e que são ensinadas segundo a capacidade de cada um. Disponível em diversas modalidades. Indicação: pessoas que gostam de movimentar o corpo todo com músicas contagiantes e que buscam o bem-estar físico e mental. A partir de 4 anos de idade, dependendo da modalidade. Contraindicação: pessoas que estejam se recuperando de tratamento ortopédico ou que tenham restrições médicas para a prática de atividade física.
	
PILATES E FISIOTERAPIA	
PILATES	FISIOTERAPIA
É um conjunto de exercícios criados pelo alemão chamado Joseph Pilates, em meados de 1920, que são realizados em solo ou em equipamentos exclusivos, visando ao total e completo controle e conexão entre corpo e mente, devolvendo e restaurando a saúde de indivíduos em condições patológicas assim promovendo um aumento da qualidade de vida para pessoas saudáveis. Indicação: é indicado para todas as pessoas que se encontram entre 7 e 100 anos de idade, podendo ser flexíveis ou rígidas. O método serve para pessoas sedentárias, sem o hábito de praticar atividades físicas, assim como atletas de alto nível. Contraindicação: não há contraindicação.	A fisioterapia trabalha na prevenção, reabilitação e promoção da saúde, empregando técnicas para melhor atender às necessidades de cada indivíduo. As atividades variam desde dos uso de aparelhos de eletroterapia, termoterapia, crioterapia, terapia manual, até exercícios com alta exigência e controle muscular. Nosso serviço de fisioterapia possui os aparelhos da mecanoterapia, sala única que possui aparelhos da década de 1930 utilizados na reabilitação e promoção da saúde. Esses aparelhos também auxiliam nas atividades motoras de ganhos de mobilidade e força, tornando a terapia diferenciada e única para cada necessidade. Indicação: prevenção e reabilitação ortopédica, neurológica, postural e geriátrica. Contraindicação: não há contraindicação.
	
ALUGUÉIS	
TOALHA DE BANHO	ROUPÃO
Aluguel de toalha de banho, devidamente higienizada em empresa contratada especializada. Indicação: para quem se esqueceu de trazer a sua e/ou prefere alugar. Contraindicação: não há contraindicação.	Aluguel de roupão, devidamente higienizado em empresa contratada especializada. Indicação: para quem se esqueceu de trazer o seu e/ou prefere alugar. Contraindicação: não há contraindicação.

Siga-nos nas redes



@thermasantoniocarlos