

DUCHAS

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, gravidez.

Duração: 5 minutos.

CIRCULAR

Jatos de pressão de diferentes temperaturas, aplicados manualmente com massagem vibratória para provocar hiperemia.

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, osteoporose, gravidez.

Duração: 5 minutos.

VICHY

Método hidroterápico antigo, é uma terapia de jatos de água sulfurosa, combinados com massagem relaxante.

Indicação: Alivia as tensões e o estresse, promovendo o reequilíbrio físico e mental.

Contraindicação: Estado febril, infecções e inflamações, gravidez, hemorragia, câncer, disenteria, fraqueza, hipertensão.

Duração: 30 minutos.

SAUNAS

FINLANDESA (SECA)

Sauna seca, com 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 mal compensadas, aneurismas, arteriosclerose adiantada, epilepsia, lepra, tuberculose, hipertensão e hipotensão, gravidez, hemorragia em geral.

Duração: 1 ou 2 horas.



TURCA (ÚMIDA)

Sauna úmida, com 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 mal compensadas, aneurismas, arteriosclerose adiantada, epilepsia, lepra, tuberculose, hipertensão e hipotensão, gravidez, hemorragia em geral.

Duração: 1 ou 2 horas.

TERAPIAS HOLÍSTICAS

BARRAS DE ACCESS

Toques suaves em pontos energéticos em torno da cabeça, que criam padrões comportamentais e reações programadas.

Indicação: Ansiedade, depressão, emagrecimento, dores, limitações físicas, compulsão.

Contraindicação: Não há contraindicação.

Duração: 50 minutos.

REIKI

Método terapêutico que permite a harmonização da energia cósmica universal com sua própria energia, por meio de toques suaves.

Indicação: Estresse, hipertensão, insônia, cansaço, ansiedade.

Contraindicação: Não há contraindicação.

Duração: 50 minutos.

YOGA

Harmonização do corpo com a mente, por meio de técnicas de respiração, postura e meditação.

Indicação: Estresse, depressão, tensão muscular.

Contraindicação: Não há contraindicação.

Duração: Aula avulsa ou plano mensal.

TRATAMENTOS FACIAIS

LIMPEZA DE PELE

Higienização com água termal sulfurosa, 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.

Duração: 90 minutos.

HIDRATAÇÃO FACIAL

Hidratação profunda que proporciona a reposição da umidade e luminosidade da pele. Usa água termal sulfurosa.

Indicação: Pele ressecada.

Contraindicação: Pessoas com alergia a componentes dos produtos utilizados.

Duração: 60 minutos.

REJUVENESCIMENTO FACIAL

Tratamento para prevenir ou tratar o envelhecimento facial. Usa água termal sulfurosa.

Indicação: Rugas, linhas de expressão.

Contraindicação: Pessoas com alergia a componentes dos produtos utilizados.

Duração: 90 minutos.

SERVIÇOS ESTÉTICOS

MANICURE/PEDICURE, DESIGN DE SOBRANCELHAS, DEPILAÇÃO

VISITE TAMBÉM O BALNEÁRIO DE POCINHOS DO RIO VERDE

Em Caldas, a 21km de Poços de Caldas. Opções diferenciadas de banhos, saunas, massagens e tratamentos faciais, complementares aos procedimentos das Thermas Antônio Carlos.

Funcionamento: de quinta-feira a domingo, das 9h às 12h e das 13h às 17h

Av. Rio Verde, 1077, Pocinhos do Rio Verde, Caldas-MG, (35) 3735-1776



· T H E R M A S · ANTÔNIO CARLOS

C A R D Á P I O D E S E R V I Ç O S

Rua Junqueiras, s/n, Centro, Poços de Caldas-MG, (35) 3721-8816



BANHOS SULFUROSOS DE POÇOS DE CALDAS

Banhos com água termal sulfurosa na temperatura de 37°C.

BANHO DE IMERSÃO

Banho imerso em água parada, em cabine individual.

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, gravidez, hemorragia, câncer, disenteria, fraqueza, hipertensão.

Duração: 20 minutos.



BANHO DE HIDROMASSAGEM

Banho com jatos de hidromassagem, com efeito de massagem mecânica, em cabine individual.

Indicação: Cansaço, insônia e manifestações nervosas.

Contraindicação: Estado febril, infecções e inflamações, gravidez, hemorragia, câncer, disenteria, fraqueza, hipertensão.

Duração: 20 minutos.

BANHO PÉROLA

Banho com jatos suaves de ar comprimido, em cabine individual.

Indicação: Sedativo, relaxante, insônia, alívio de dores e espasmos musculares.

Contraindicação: Estado febril, infecções e inflamações, gravidez, hemorragia, câncer, disenteria, fraqueza, hipertensão.

Duração: 20 minutos.

BANHO AROMÁTICO

Banho com jatos de hidromassagem, acrescidos de sais de banho e óleo essencial com propriedades terapêuticas, em cabine individual.

Indicação: Sedativo, relaxante, insônia, alívio de dores e espasmos musculares.

Contraindicação: Estado febril, infecções e inflamações, gravidez, hemorragia, câncer, disenteria, fraqueza, hipertensão.

Duração: 20 minutos.



BANHO DE OFURÔ

Banho de tradição japonesa em uma banheira de madeira, comportando até 4 pessoas. 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, gravidez, hemorragia, câncer, disenteria, fraqueza, hipertensão.

Duração: 30 minutos.

MASSAGENS

COM PEDRAS QUENTES

Técnica que utiliza pedras vulcânicas com o objetivo de relaxamento, por meio da termoterapia. Massagem no corpo inteiro.

Indicação: Dores musculares, ativa a circulação, fibromialgia, sinusite e insônia.

Contraindicação: Hipertensão, inflamação, câncer, insuficiência renal, coágulo de sangue, ferimentos abertos.

Duração: 50 minutos.

RELAXANTE

Técnicas suaves na musculatura do corpo. Massagem no corpo inteiro.

Indicação: Relaxamento por meio do toque.

Contraindicação: Hipertensão, inflamação, câncer, insuficiência renal, coágulo de sangue, ferimentos abertos.

Duração: 50 minutos.



PINDAS CHINESAS

Técnica que relaxa e trata o organismo por meio de aromaterapia e termoterapia. Massagem no corpo inteiro.

Indicação: Dores musculares, ativa a circulação, fibromialgia, sinusite e insônia.

Contraindicação: Hipertensão, inflamação, câncer, insuficiência renal, coágulo de sangue, ferimentos abertos.

Duração: 50 minutos.

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.

Duração: 60 minutos.

DRENAGEM LINFÁTICA

Tem por objetivo estimular o sistema linfático. Drenagem no corpo inteiro.

Indicação: Inchaço, celulite, problemas circulatórios.

Contraindicação: Insuficiência renal e hepática, câncer, infecção e inflamação, trombose venosa.

Duração: 50 minutos.

BAMBUTERAPIA

Técnica com utilização de bambu. Objetiva relaxamento ou estética. Massagem no corpo inteiro.

Indicação: Relaxamento, gordura localizada, soltura muscular, celulite.

Contraindicação: Hipertensão, inflamação, câncer, insuficiência renal, coágulo de sangue, ferimentos abertos.

Duração: 50 minutos.

MODELADORA

Técnica com movimentos rápidos e profundos, que auxilia na quebra das células de gordura e na modelagem do corpo. Massagem no corpo inteiro.

Indicação: Diminuir medidas, modelar o corpo, celulite.

Contraindicação: Insuficiência renal e hepática, câncer, infecção e inflamação, trombose venosa.

Duração: 50 minutos.

MASSAGEM TUINÁ

Técnica chinesa, com movimentos constantes e rápidos. Massagem no corpo inteiro.

Indicação: Dores musculares, insônia, ansiedade.

Contraindicação: Hipertensão, inflamação, câncer, insuficiência renal, coágulo de sangue, ferimentos abertos.

Duração: 50 minutos.

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.

Duração: 15 minutos.

GOMAGEM CORPORAL

Técnica que relaxa e esfolia simultaneamente. Esfoliação no corpo inteiro.

Indicação: Remoção de células mortas, estresse, insônia.

Contraindicação: Hipertensão, inflamação, câncer, insuficiência renal, coágulo de sangue, ferimentos abertos.

Duração: 50 minutos.

ESCALDA-PÉS

Imersão dos pés na água termal sulfurosa, combinada à esfoliação, hidratação e massagem, dos pés até o joelho.

Indicação: Remoção de células mortas, edema, má circulação, estresse, insônia.

Contraindicação: Hipertensão, inflamação, câncer, insuficiência renal, coágulo de sangue, ferimentos abertos.

Duração: 30 minutos.

REFLEXOLOGIA

Apliação 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, gestante, pessoas que fazem uso de marcapasso, trombose.

Duração: 30 minutos.

MEDICINA ORIENTAL

ACUPUNTURA

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.

Duração: 50 minutos.

SHIATSU

Técnica japonesa que libera nódulos de tensão muscular por meio de pressão dos dedos ou do cotovelo. Massagem no corpo inteiro.

Indicação: Pessoas com dores musculares, nódulos de tensão, dores de cabeça, dores no pescoço e escápula.

Contraindicação: Varizes, gravidez, hemorragia, câncer, osteoporose, edema, inchaço e fraturas.

Duração: 50 minutos.