

# Deixe-nos cuidar de si!



termas de sangemil

TONDELA

abril a novembro



## Fazer Termas em Sangemil

As termas de Sangemil estão localizadas na freguesia da Lajeosa do Dão, concelho de Tondela, junto às margens do rio Dão e na proximidade dos concelhos de Carregal do Sal e de Viseu.

Tratam-se de águas minerais hipertermais (49º Celsius), mineralizadas, alcalinas, sulfúreo sódicas e fluoretadas (PH8,4) sendo captadas nos dois furos HN1 e HN2, a uma profundidade de cerca de 100 metros.

## Indicações terapêuticas

As Caldas de Sangemil têm como primeira indicação terapêutica as patologias do foro reumatológico e algumas patologias músculo-esqueléticas como osteoartrites e espondiloses. As águas qualificadas de Sangemil podem resultar na perfeição na reabilitação de artropatias resultantes de acidentes de viação, de trabalho ou outros e, ainda, na fase de cuidados pré e pós operatórios. Como segunda indicação, estas águas destinam-se ao tratamento de patologias das vias respiratórias superiores (ORL) como sinusites, faringites, amigdalites e rinites, entre outras.

## Acompanhamento clínico

Os tratamentos associados ao termalismo clássico nas Termas de Sangemil iniciam-se com o atendimento médico. Uma primeira consulta médica de hidrologia, permite identificar o estado clínico dos pacientes e escolher as melhores técnicas termais a serem seguidas para o tratamento. Durante toda a estadia a equipa clínica acompanha, de forma permanente, a evolução do estado dos curistas.



termas de sangemil

### Épocas e Horários

Económica > 01 de abril a 15 de junho e 16 de outubro a 30 de novembro  
Normal > 16 de junho a 15 de outubro

Horário de Atendimento	2ª feira a Sábado	Domingos e Feriados
01 abril a 30 de abril	09h às 12h 15h às 17h*	09h às 12h
1 de maio a 31 de julho	09h às 12h 15h às 18h	08h às 12h
1 de agosto a 30 de setembro	08h às 12h	08h às 12h
1 de outubro a 31 de outubro	15h às 18h (19h)	15h às 18h (19h)
1 de novembro a 30 de novembro	09h às 12h 15h às 17h*	09h às 12h

\* Durante os meses de abril e novembro não haverá tratamentos durante a tarde



# Preçário

	Nº de Sessões	Época Normal	Época Económica
Banhos de imersão simples Duches de jacto ou leque Estufa de vapores pés e mãos	1	5,30 €	4,50€
	7	33,00 €	27,20 €
	14	62,00 €	51,00 €
	21	87,50 €	71,50 €
Banhos de imersão c/ aerobanho Estufa de vapor à coluna Duche Circular	1	6,30 €	5,50 €
	7	40,00 €	34,00 €
	14	75,00€	63,00 €
	21	107,40 €	89,00 €
Estufa de vapor integral Bertholaix	1	8,30 €	7,30 €
	7	52,00 €	45,00 €
	14	99,00 €	83,00 €
	21	139,10 €	117,00 €
Phlebotone	1	7,70 €	6,20 €
	7	48,00 €	38,50 €
	14	92,00 €	71,00 €
	21	130,50 €	101,50 €
Banhos c/ hidromassagem computorizada	1	9,60 €	8,20 €
	7	60,00 €	50,50 €
	14	114,00 €	93,00 €
	21	160,30 €	131,50 €
Banhos c/ hidromassagem c/ Duche subaquático	1	11,90 €	9,40 €
	7	75,00 €	58,00 €
	14	142,00 €	108,00 €
	21	202,70 €	154,00 €
Duche Vichy - geral	1	18,00 €	15,10 €
	7	114,00 €	93,00 €
	14	216,00 €	176,00 €
	21	307,00 €	247,00 €
Duche Vichy - regional	1	13,00 €	10,60 €
	7	82,00 €	63,00 €
	14	156,00 €	118,00 €
	21	221,00 €	165,50 €
Irrigação nasal	1	3,60 €	3,20 €
	7	23,00 €	20,00 €
	14	43,00 €	36,00 €
	21	60,50 €	51,50 €
Pulverizações faríngeas Nebulizações individuais	1	4,30 €	3,80 €
	7	28,00 €	24,00 €
	14	52,00 €	43,00 €
	21	72,60 €	61,50 €
Aerossol Sónico	1	4,80 €	4,10 €
	7	30,00 €	25,50 €
	14	57,00 €	46,00 €
	21	80,10 €	66,00 €

	Toda a Época	Época Normal	Época Económica
Consultas Médicas	35€		
Inscrição Termal		25€	18€

	Nº de Sessões	Época Normal	Época Económica
Piscina de mobilização - grupo	1	7,90 €	6,90 €
	7	50,00 €	43,00 €
	14	95,00 €	80,00 €
	21	133,00 €	111,50 €
Piscina de mobilização - individual	1	13,50 €	10,70 €
	7	85,00 €	66,00 €
	14	162,00 €	124,00 €
	21	230,20 €	174,00 €
Massagem a seco - regional	1	9,50 €	7,50 €
	7	60,00 €	46,00 €
	14	113,00 €	86,50 €
	21	158,70 €	120,00 €
Massagem a seco - geral	1	21,60 €	16,00 €
	7	136,00 €	93,50 €
	14	259,00 €	176,00 €
	21	368,50 €	247,00 €
Mecanoterapia orientada - grupo Gaiola de Rocher   Roda de ombro Pesos   Bc. Abdominais   Espalдар Remo   Mesa Quadrípedes	1	6,30 €	5,50 €
	7	40,00 €	34,00 €
	14	75,00 €	63,00 €
	21	105,80 €	89,00 €

Electroterapia			
Ultrasons   Ultrasons subaquático Correntes galvânicas, farádicas, dia-dinâmicas ou interferenciais Lionização	1	4,00 €	3,50 €
	7	25,00 €	21,50 €
	14	48,00 €	40,00 €
	21	66,50 €	56,00 €

Enfermagem		
Injecções Intramusculares   Endovenosas	1	3,00 €
Pensos médios	1	3,00 €

Acessórios para Tratamentos		
Oliva para irrigação nasal	1	2,75 €
Bucal para pulverização faríngea	1	5,50 €
Máscara para nebulização individual	1	7,50 €
Máscara de aerosol	1	7,50 €
Fato de banho Senhora (c/ perna)	1	31,10 €
Fato de banho Senhora (s/ perna)	1	30,10 €
Fato de Banho de Homem	1	14,05 €
Touca	1	6,05 €

*Nota: Os preços acima apresentados incluem todas as taxas e impostos legais e poderão ser alterados sem necessidade de aviso prévio. As alterações que ocorram serão afixadas no balneário termal.*

## SPA termal

Tratamentos Individuais	Toda a Época		
	1 Sessão	2 Sessões	3 Sessões
Massagem tipo Vichy geral	21,00 €	36,00 €	50,00 €
Massagem tipo Vichy regional	15,00 €	25,50 €	36,00 €
Piscina de mobilização - grupo	9,00 €	15,00 €	22,00 €
Massagem a seco - geral	25,00 €	42,50 €	60,00 €
Massagem a seco - regional	12,00 €	20,00 €	29,00 €
Hidromassagem computorizada	11,00 €	19,00 €	26,00 €
Estufa de vapor integral / Bertholaix	10,00 €	17,00 €	24,00 €
Duche circular	8,00 €	14,00 €	19,00 €
Duche jacto	7,00 €	12,00 €	17,00 €

Programas Especiais de Bem Estar			
	1 Dia	2 Dias	3 Dias
<b>Anti-Stress + Tonificação</b> Hidromassagem computorizada + Massagem Vichy geral com óleo de amêndoa	30,00 €	51,00 €	72,00 €
<b>Relaxamento</b> Massagem geral + Hidromassagem computorizada	34,00 €	58,00 €	82,00 €

*Nota: Os preços acima apresentados incluem todas as taxas e impostos legais e poderão ser alterados sem necessidade de aviso prévio. As alterações que ocorram serão afixadas no balneário termal.*

Programas Especiais de Bem Estar	Toda a Época		
	1 Dia	2 Dias	3 Dias
<b>Refrescante</b> Hidromassagem computorizada + Massagem Vichy regional com óleo de amêndoa+ Piscina	32,00 €	54,00 €	77,00 €
<b>Água Relax</b> Estufa de vapor integral + Duche Circular + Hidromassagem computorizada.	27,00 €	46,00 €	65,00 €
<b>Revitalizante</b> Massagem regional a seco + Duche de Jacto + Banho de imersão c/ aerobanho.	29,00 €	51,00 €	74,00 €

Roupão: 2,50€ / dia | Chinelos (opcional): 1,00€

**Limitado a 3 dias consecutivos ou intercalados**

Para todos os clientes do Bem Estar, é necessário a assinatura de um Termo de Responsabilidade. A administração das Termas de Sangemil, não se responsabiliza pelos eventuais efeitos secundários destes serviços, caso não consulte previamente o nosso médico.

### Serviços de Nutrição com Nutricionista

- Oferta de avaliação nutricional no início e no final do tratamento termal;
- Realização de workshops de alimentação saudável.