



IDANHA-A-NOVA

Termas de Monfortinho

UM LUGAR quase perfeito. Ingestão de água mineral, enteroclisés, hidroterapia do cólon, banos de imersão com duceh sub-aquático, hidromassagens... A lista de técnicas de tratamento é extensa. O balneário das termas de Monfortinho, inaugurado em 1940, sujeito em 2001 a uma profunda remodelação, acompanhou a evolução dos tempos. Resultado: aumento da oferta de tratamentos. A procura do equilíbrio físico e psíquico tem nas termas – localizadas no concelho de Idanha-a-Nova, a cerca de 70 quilómetros de Castelo Branco – um bom sítio para recuperar as forças. As suas águas, que provêm da nascente de água mineral de Fonte Santa, têm ancestrais e comprovadas virtudes terapêuticas. Desde o dia 1 de Fevereiro, e até ao dia 10 de Dezembro, que as Termas de Monfortinho estão abertas.

LUSO

Onde o tempo é bem-estar

HÁ LEMAS que dizem tudo: “porque a Água de Luso é sinónimo de saúde e bem-estar e nas Termas de Luso estes são bens a conservar”. Depois de oito meses de obras, as Termas do Luso regressaram à vida. Na Malo Clinic Spa Luso, para além do clássico tratamento com águas termais, passa a ser possível tratar da imagem e da alma. O complexo termal do Luso vai estar a aberto ao público nos 12 meses do ano – em vez dos seis meses da época tradicional termal, de Maio a Outubro – incluindo fins-de-semana. A segunda fase das obras de requalificação estará pronta ainda este semestre, com as restantes valências de spa termal (vertente esthetics e acqua) e medical center (reabilitação de saúde e reabilitação cardíaca).



LEIRIA

Monte Real todo o ano

DUCEH-MASSAGEM (vichy), aerosol (vias respiratórias), fango-parafina e Piscina Termal Activa (em fase de testes). Depois da remodelação, o novo Balneário Termal de Monte Real possui agora cinco mil metros quadrados de área e conta com 99 cabines de tratamento com capacidade para receber cerca de 600 termalistas por dia. O espaço – integrado no novo Complexo Termal de Monte Real, onde se situa também o Palace Hotel Monte Real, unidade de quatro estrelas que foi igualmente recuperada, bem como um spa termal – vai funcionar durante todo o ano, dividido em três épocas termais – baixa, média e alta.



TERMAS

Águas dos deuses para o

Por questões de saúde ou até mesmo por lazer. Motivos à parte, as te

✂ **Textos de Raquel Mesquita**
raquel.mesquita@asbeiras.pt

“IR A BANHOS” ou “ir a águas”. Na Roma imperial as termas eram um hábito quotidiano, uma prática essencialmente lúdica. Na Idade Média a sua utilização passava pelo carácter curativo, social e sanitário. Já no século XX, as termas passaram a ser o destino de eleição da aristocracia. E de destino turístico dos ricos a um local de terapias. Os tempos mudam, as vontades também. Contudo, há termas que permanecem eternas.

Paragem: distrito de Aveiro. De 1726 directamente para 2010. Distâncias tem-

porais à parte, as velhas Termas do Luso são hoje a Malo Clinic Spa Luso. Três milhões de euros depois, o espaço de luxo é um convite aos tratamentos. Rituais do corpo, massagens, tratamentos da face – muito na base da dermocosmética –, dentro em breve também um SPA Termal e um centro de reabilitação física e cardíaca, o Medical Center.

A 250 metros de altitude, contígua ao sopé da Serra do Caramulo, eis as Termas de Vale da Mó. Longe do burburinho e da agitação, o espaço é ideal para a cura de estados de depressão nervosa e fadiga.

Do sossego da serra, para

as Termas da Curia SPA Resort, em Anadia. Hotel, Golf & Spa, Spa Termal e Termas Saúde. Um parque de 14 hectares de vasto arvoredo, onde não faltam as espécies raras e um dos maiores lagos artificiais da Europa.

Paragem: distrito de Castelo Branco. Águas termais hipossalinas numa aldeia localizada no sopé da serra de Penha Garcia. As Termas de Monfortinho, a funcionar desde 1940 – em 2001 foram remodeladas – continuam a dar provas das suas virtudes terapêuticas.

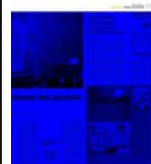
Beira Baixa, entre Abrantes e Castelo Branco. No concelho de Mação, as Termas da Ladeira de Envendos con-

tinuam a convidar para o descanso do corpo e da mente.

Paragem: distrito de Leiria. Nas Termas de Monte Real as terapias para o tratamento dos aparelhos digestivo, músculo-esquelético e respiratório não deixam ninguém indiferente. O novo Balneário Termal de Monte Real foi totalmente remodelado, oferecendo novos serviços. O Hospital Termal Rainha D. Leonor, no concelho de Caldas da Rainha, continua de portas abertas. Séculos depois.

No distrito da Guarda destacam-se as Caldas de Mantegais, as Termas de Longroiva e de Almeida.

Última paragem: distrito



INVESTIMENTO

240 milhões para reforçar as estâncias termais do Centro

“VALORIZAÇÃO das Estâncias Termais da Região Centro”. O projecto abrange 16 termas, nomeadamente Curia, Vale de Mó, Luso, Monfortinho, Sangemil, Alcafache, Fonte Santa, Caldas da Rainha, Cró, São Pedro do Sul, Carvalhal, Salgadas, Manteigas, Felgueira, Longroiva e Vimeiro, e visa, entre outros objectivos, o reforço da competitividade destes espaços.

A requalificação e sofisticação da oferta destas termas e dos espaços envolventes, a estruturação de produtos turísticos compostos, a construção de balneários, a aposta na certificação de qualidade e a elaboração de um plano de marketing são algumas das componentes do projecto.

Na apresentação da medida, a presidente da Associação das Termas de Portugal (ATP), Teresa Vieira, admitiu que o investimento Estâncias Termais da Região Centro, de 240 milhões de euros, vai afirmar “a competitividade desta região a nível nacional e internacional”. O projecto foi aprovado pelo Governo no âmbito do PROVERE.

números

38

É NA REGIÃO CENTRO que se localiza o maior número de termas do país. Em 2008, estavam registadas 38 a nível nacional. As águas minerais utilizadas nas termas, dizem os especialistas, são uma dádiva da natureza, com propriedades únicas.

factos

A ÁGUA MINERAL natural é utilizada como agente terapêutico em qualquer estado físico e a temperaturas variáveis. A água pode ser administrada por via oral, tópica ou inalatória. São variáveis as técnicas de hidroterapia, utilizadas para aliviar e tratar diversos problemas saúde.

comum dos mortais

Termas estão à sua espera

de Viseu. São seis as termas que pode encontrar neste distrito. As Termas Sulfúreas de Alcafache SA é um dos locais para mimar o corpo. Já as Termas do Carvalhal não ficam atrás. Situa- das no concelho de Castro Daire, a cerca de 500 metros de altitude, oferecem desde o termalismo clássico a programas de bem-estar.

Caldas da Cavaca. Ficaram conhecidas pelo tratamento de doenças de pele, musculoesqueléticas e dos aparelhos respiratório e digestivo. Hoje, e por iniciativa da autarquia local, foram requalificadas. O balneário termal e o sector especializado no tratamento das vias respiratórias e outro

destinado à hidrobalneoterapia são já duas referências.

A cerca de 30 quilómetros de Viseu, entre Canas de Senhorim e Nelas, seguem-se as Termas Caldas da Figueira. Ainda mais perto de Viseu, erguem-se as Termas Caldas de Sangemil, conhecidas pelos bons resultados no tratamento e prevenção de doenças das vias respiratórias. No distrito há ainda o Centro Termal de São Pedro do Sul, reconhecido pelas suas águas. Pode aproveitar para ver os vestígios que restam do balneum romano.

Agora que conhece as termas, pode começar a pensar nos tratamentos.

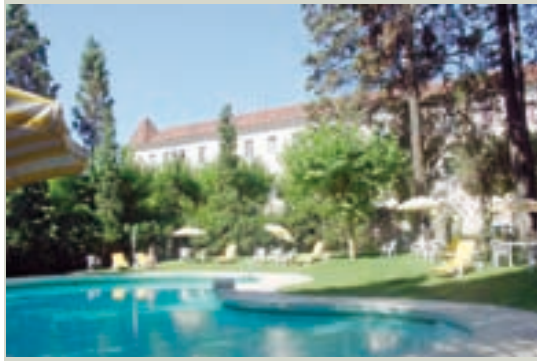
registo

➔ Nas termas da região os tratamentos são vários



ID: 29663611

10-04-2010



**Escolha onde ir a banhos
nas termas do Centro**

› p.16 e 17