



PISCINAS COBERTAS
DE ARMAMAR

HIDROTERAPIA

Piscina | Ginásio | Ballet | Hip Hop | Zumba





PISCINAS COBERTAS DE ARMAMAR

O que é a **HIDROTERAPIA**?

A hidroterapia consiste na utilização da água para tratar doenças, aliviar dores, induzir o relaxamento e manter a saúde em geral.

Para que é indicada?

- . Atrasos do desenvolvimento psicomotor
- . Deficiências sensoriais
- . Perturbações neurológicas (congénitas ou adquiridas)
- . Paralisias, paresias e somestesias
- . Perturbações neurocomportamentais
- . Artrite reumatoide
- . Osteoartrite
- . Espondilite anquilosante
- . Anquilose pós-cirúrgica
- . Artrose
- . Ortotraumatologia
- . Problemas musculo-esqueléticos
- . Problemas cardiorrespiratórios
- . Geriatria
- . Osteoporose
- . Obstetrícia
- . Pediatria

Definimos a estratégia caso a caso (programas intraindividuais)

As alterações fisiológicas provocadas pelos exercícios são:

- . promover o relaxamento muscular;
- . reduzir a sensibilidade à dor;
- . reduzir espasmos musculares;
- . facilitar a movimentação articular;
- . aumentar a força e a resistência muscular em casos de excessiva fraqueza;
- . reduzir a atuação da força gravitacional;
- . aumentar a circulação periférica;
- . melhorar a musculatura respiratória;
- . melhorar a consciência corporal e equilíbrio;
- . melhorar a moral e autoconfiança do utente;
- . reeducar os músculos paralisados;
- . encorajar as atividades funcionais.

TABELA DE PREÇOS	Hidroterapia		Os preços JÁ INCLUEM o seguro de acidentes pessoais obrigatório
	1 x Semana	2 x Semana	
Bebés (0 aos 48 meses)	€10,00	€17,50	
Crianças (5 aos 15 anos)	€10,00	€17,50	
Adultos (16 aos 64 anos)	€15,00	€22,50	
Seniores (+ 65 anos ou reformados)	€15,00	€22,50	