

LONGEVITY

HEALTH & WELLNESS HOTEL
ALVOR · ALGARVE

SERVIÇOS HEALTH & WELLNESS CLINIC

MONITORIZAÇÃO 1

DESINTOXICAÇÃO E REGENERAÇÃO 6

NUTRIÇÃO E SUPLEMENTOS 12

RELAXAR, DESFRUTAR E MIMAR 14

DESPORTO, FITNESS E MEDICINA DA DOR 16

REEQUILÍBRIO, MENTE E ENERGIA 18

ESTÉTICA, REMODELAÇÃO E BELEZA 21
RITUAIS DE SPA DE CONTORNO E ADELGAÇAMENTO DO CORPO

SERVIÇOS HEALTH & WELLNESS CLINIC

MONITORIZAÇÃO: AS NOSSAS SOLUÇÕES

AVALIAÇÃO DO ESTILO DE VIDA

25 MIN · € 70,00

Esta consulta é adaptada para identificar claramente o tipo de stress que contribui para o desequilíbrio do seu bem-estar geral. Primeiro, é feita uma rápida avaliação para detetar os principais padrões de vida. Em seguida, segue-se uma conversa centrada no cliente, para aprofundar a compreensão do impacto dos fatores de stress (estímulo externo que produz stress físico e mental) na sua vida mental, emocional e social.

AVALIAÇÃO GERAL DA SAÚDE CARDIOVASCULAR

40 MIN · € 125,00

AVALIAÇÃO BIOFÍSICA

25 MIN · € 90,00

A Avaliação Biofísica é uma abordagem rápida e não invasiva para determinar a composição corporal, para medir a gordura corporal, músculo, Índice de Massa Corporal (IMC), Taxa Metabólica Basal (TMB), a distribuição da gordura/massa muscular no corpo, bem como o seu metabolismo versus a sua idade cronológica.

AVALIAÇÃO DA APTIDÃO FÍSICA

25 MIN · € 70,00

Consiste numa avaliação da sua composição corporal e numa bateria de testes físicos que avaliam a sua aptidão física. O objetivo desta avaliação é essencialmente fornecer um plano de treino personalizado e adaptado às suas capacidades, necessidades e objetivos.

AVALIAÇÃO DE DISFUNÇÕES VERTEBRAIS

25 MIN · € 90,00

This evaluation allows us to analyze the muscle compensation on the spine in order to evaluate in detail the health of the vertebral column.

AVALIAÇÃO TERMOGRÁFICA

25 MIN · € 90,00

A termografia é um diagnóstico preventivo e não-invasivo que através de espectros infravermelhos permite visualizar as diferentes temperaturas que existem numa área ou em todo o nosso corpo. Este teste é indolor e não emite qualquer tipo de radiação.

MONITORIZAÇÃO: AS NOSSAS SOLUÇÕES

AVALIAÇÃO BIOQUÍMICA ANTI-AGEING PERSONALIZADA*

15 MIN · VARIÁVEL

A Análise Bioquímica e Biomarcadora Profunda permite a identificação de desequilíbrios internos, para sustentar a implementação de um Plano de Saúde Personalizado, incluindo dieta funcional, nutracêuticos, soluções de desintoxicação e controlo de peso e terapia de anti-envelhecimento para fortalecer a resposta imunológica, bem como reequilibrar todos os sistemas do corpo e a saúde celular.

Exemplo de alguns perfis:

- Neurotransmissores (Brainscreen)
- Cardiovascular
- Stress Oxidativo
- Disbiose Intestinal
- Chronoscreen
- Função Desintoxicante do Fígado
- Hormonal
- Ácidos Gordos
- Intolerâncias Alimentares
- Poder Antioxidante Total
- Perfil Genético

PERFIL GENÉTICO*

15 MIN · € 1.500,00

OUTROS EXAMES CLÍNICOS*

Mediante prescrição médica, estão disponíveis os seguintes exames: Imagiologia, Cardiologia, Gastroenterologia, Oftalmologia, Otorrinolaringologia, Urologia e outros exames.

MONITORIZAÇÃO: AS NOSSAS SOLUÇÕES

AVALIAÇÃO DE MINERAIS E METAIS PESADOS

15 MIN · € 125,00

A precisão da Espectrofotometria permite-nos determinar a qualidade e o estado dos minerais, oligoelementos e metais pesados presentes no seu corpo.

PRESSÃO ARTERIAL (SISTÓLICA/DIASTÓLICA), AVALIAÇÃO DA FREQUÊNCIA CARDÍACA

10 MIN · € 25,00

AVALIAÇÃO FACIAL

25 MIN · € 90,00

CHECK-UP DA PELE (DERMOSCOPIA DIGITAL COMPUTORIZADA)*

50 MIN · € 185,00

CHECK-UP DA APNEIA DO SONO (POLISSONOGRRAFIA)*

40 MIN · € 520,00

RASTREIO DENTÁRIO INICIAL

25 MIN · € 90,00

RADIOGRAFIA DIGITAL PANORÂMICA DENTÁRIA (ORTOPANTOMOGRRAFIA)

40 MIN · € 25,00

RASTREIO DE FUMADORES*

25 MIN · € 75,00

AVALIAÇÃO DO COMPRIMENTO DOS TELÓMEROS*

20 MIN · € 750,00

Os telómeros são as tampas protetoras encontradas no final dos cromossomas de todos os seres vivos que regulam o processo de envelhecimento celular e são, portanto, responsáveis, como um fator significativo, pelo envelhecimento dos seres humanos, contudo também demonstram ter um papel importante no desenvolvimento de praticamente todas as doenças relacionadas com o envelhecimento. Este teste é o indicador mais preciso do envelhecimento celular, com uma vasta gama de aplicações destinadas à prevenção de doenças relacionadas com o envelhecimento, como doenças cardiovasculares ou cancro - devido à estreita relação entre estas doenças e o comprimento do telómero.

CONSULTAS DE ESPECIALIDADE*

MEDICINA INTEGRATIVA E CONSULTA ANTI-ENVELHECIMENTO 45 MIN · € 175,00

Uma consulta especializada com o objetivo de avaliar o seu estilo de vida, fatores de risco e desequilíbrios, para sugerir terapias médicas e holísticas, maximizando o impacto da integração da medicina convencional com a medicina integrativa e anti-envelhecimento.

CONSULTA DE CARDIOLOGIA 40 MIN · € 125,00

CONSULTA DA DIABETES 40 MIN · € 175,00

CONSULTA DE MEDICINA HIPERBÁRICA 40 MIN · € 175,00

CONSULTA DE DOENÇAS AUTO-IMUNES 40 MIN · € 175,00

CONSULTA DE DERMATOLOGIA 40 MIN · € 125,00

CONSULTA DE GASTROENTEROLOGIA 40 MIN · € 125,00

CONSULTA DE IMUNOALERGOLOGIA (com teste de alergologia) 40 MIN · € 200,00

CONSULTA DE OFTALMOLOGIA (com teste oftalmológico) 40 MIN · € 125,00

CONSULTA DE UROLOGIA 40 MIN · € 125,00

CONSULTA DE PSICOLOGIA CLÍNICA E DE SAÚDE 40 MIN · € 175,00

CONSULTA MEDICINA DENTÁRIA 40 MIN · € 125,00

CONSULTA DE PODOLOGIA 40 MIN · € 175,00

CONSULTA DE MEDICINA TRADICIONAL CHINESA 40 MIN · € 175,00

A Medicina Tradicional Chinesa é um conjunto de terapias milenares originárias da China, que se baseia no conhecimento de que, além da matéria, somos energia (QI), que circula pelo nosso corpo em canais chamados meridianos de acupuntura. Como tal, a doença consiste num desequilíbrio energético e, para a tratar, é essencial realizar um diagnóstico preciso e específico desta medicina, que consiste em identificar qual o(s) desequilíbrio(s) energético(s) necessário(s) para proceder à sua correção. A partir deste diagnóstico, é elaborado um plano de tratamento, utilizando a acupuntura.

(*) REQUER PRESCRIÇÃO MÉDICA

MONITORIZAÇÃO: CHECK UPS

LONGEVITY HOLISTIC HEALTH CHECK*	€ 750,00
CHECK-UP ANTI-ENVELHECIMENTO LONGEVITY*	€ 2.050,00
CHECK-UP CARDIOVASCULAR LONGEVITY*	€ 1.200,00
CHECK-UP METABÓLICO LONGEVITY*	€ 2.850,00
CHECK-UP DIABETES LONGEVITY*	€ 3.250,00
CHECK-UP GASTROENTESTINAL LONGEVITY*	€ 1.850,00
CHECK-UP ANDROPAUSA LONGEVITY*	€ 2.250,00
CHECK-UP MENOPAUSA LONGEVITY*	€ 2.250,00
CHECK-UP 360º PREMIUM INTEGRATIVO DE SAÚDE*	€ 5.550,00

MONITORIZAÇÃO: CONSULTAS MÉDICAS

CONSULTA MÉDICA GERAL E EXAME CLÍNICO 40 MIN · € 125,00

Uma consulta médica, incluindo um exame clínico geral, com o objetivo de avaliar o seu estado de saúde atual, para filtrar os sintomas de doença e recomendar outros exames clínicos, se necessário.

CONSULTA MÉDICA DE ACOMPANHAMENTO 25 MIN · € 95,00

(*) REQUER PRESCRIÇÃO MÉDICA

DESINTOXICAÇÃO E REGENERAÇÃO: SOLUÇÕES MÉDICAS

MEDICINA HIPERBÁRICA

A Medicina Hiperbárica dedica-se ao tratamento de patologias num ambiente com uma pressão superior à pressão atmosférica normal. O uso desta câmara pode trazer benefícios em termos de redução dos radicais livres, aumento da atividade das defesas celulares e dos tecidos, bem como a sua regeneração.

SESSÃO DE TERAPIA HIPERBÁRICA*

75 MIN · € 125,00

(Oxigenação e regeneração intensas)

HIDROTERAPIA DO CÓLON

Os nossos intestinos estão permanentemente sob stress devido à nossa nutrição desequilibrada, elevado nível de alimentos processados, falta de fibras vegetais, elevado teor de açúcar e sal, aditivos químicos e agentes conservantes. A nossa reduzida actividade mastigatória, hábitos alimentares rápidos e stress emocional, causam disfunções digestivas e intestinais. Durante uma sessão de hidroterapia do cólon, a água é suavemente introduzida no intestino grosso através do ânus de uma forma controlada por um terapeuta qualificado. Para ajudar a eliminar desperdícios e bolsas de gás, o seu terapeuta pode utilizar técnicas de massagem abdominal suaves. O objetivo da hidroterapia do cólon é alcançar uma ótima função intestinal através da restauração do equilíbrio de fluidos, matéria e gases - remoção do excesso de resíduos e exercício para o intestino grosso para auxiliar a absorção, assimilação e eliminação, o que é fundamental para manter a saúde e o bem-estar do corpo e da mente.

HIDROTERAPIA DO CÓLON STANDARD COM CHÁ DE ERVAS

75 MIN · € 175,00

O chá pode ajudar no combate às cólicas no cólon, sob tratamento. O chá também pode ajudar em geral com a quantidade de fezes que são libertadas.

HIDROTERAPIA DO CÓLON PREMIUM COM CAFÉ (DESINTOXICAÇÃO INTESTINAL + FÍGADO)

75 MIN · € 200,00

O principal benefício do enema de café é aumentar a eliminação de toxinas através do fígado. O café é orgânico especialmente torrado para ser usado na hidroterapia.

HIDROTERAPIA DO CÓLON PREMIUM COM PROBIÓTICOS (DESINTOXICAÇÃO INTESTINAL + REEQUILÍBRIO DA FLORA)

75 MIN · € 225,00

A alta concentração de probióticos introduzidos irá fortalecer e reforçar a população da flora intestinal, bem como restaurar o equilíbrio das bactérias, levando-a a um estado normal e saudável. Os probióticos são úteis para clientes com IBS (Síndrome do Intestino Irritável), gases, problemas digestivos, baixa defesa imunitária, prisão de ventre e/ou diarreia.

(*) REQUER PRESCRIÇÃO MÉDICA

SERVIÇOS HEALTH & WELLNESS CLINIC

DESINTOXICAÇÃO E REGENERAÇÃO: OZONO E OXIGENOTERAPIA

A ozonoterapia é a administração e/ou absorção de ozono e oxigénio de forma a otimizar a quantidade de oxigénio no nosso corpo. O ozono tem propriedades analgésicas, anti-inflamatórias, antioxidantes e desintoxicantes, o que o torna um excelente tratamento para reduzir a inflamação e reduzir os radicais livres, sendo também utilizado como tratamento para várias patologias, registando-se um aumento exponencial no seu uso em aplicações de medicina estética.

SESSÃO DE OZONO E OXIGENOTERAPIA*	30 MIN · € 200,00
SESSÃO LOCALIZADA DE OZONO E OXIGENOTERAPIA*	20 MIN · € 150,00
SESSÃO CORPORAL DE OZONO E OXIGENOTERAPIA (SAUNA)*	30 MIN · € 200,00

AS NOSSAS TERAPIAS DE INFUSÃO 30 MIN · € 200,00

As terapias intravenosas dão-lhe o impulso nutritivo que o seu corpo necessita o mais rápida e eficientemente possível, contornando o processo digestivo para garantir que os suplementos são entregues diretamente às células que deles necessitam.

Após uma prescrição médica personalizada, utilizamo-las para colmatar rápida e efetivamente as deficiências de vitaminas, minerais e aminoácidos. Deste modo é possível reidratar o seu corpo, desintoxicar sistemas corporais importantes, aumentar a capacidade antioxidante do organismo, impulsionar o seu sistema imunológico, regenerar a saúde celular e em última instância, otimizar a sua saúde e bem-estar.

(*) REQUER PRESCRIÇÃO MÉDICA

DESINTOXICAÇÃO E REGENERAÇÃO: SOLUÇÕES MÉDICAS

REFLEXOLOGIA

50 MIN · € 125,00

A reflexologia é uma técnica de pressão, baseada no princípio de que todas as partes, glândulas e órgãos são refletidos nos nossos pés. Ao estimular as zonas correspondentes ajuda a aliviar a tensão e a aumentar a circulação sanguínea, estabelecendo o equilíbrio e a função de todo o corpo.

DRENAGEM LINFÁTICA MANUAL – CORPO

25 MIN · € 125,00

A drenagem linfática manual é uma técnica de massagem suave, que visa estimular o sistema linfático e fazer o encaminhamento da linfa para os gânglios linfáticos. Este processo leva à eliminação do excesso de fluidos e toxinas. Os movimentos leves, precisos e ritmados aplicados aos nódulos linfáticos são benéficos para o tratamento do edema, desenvolvem um efeito diurético e relaxante, ajudam a eliminar os nódulos celulíticos, reduzem o volume corporal e aliviam os sintomas de pernas pesadas e cansadas.

DRENAGEM LINFÁTICA MANUAL – ROSTO

50 MIN · € 125,00

A drenagem linfática manual consiste numa técnica de massagem suave através de pequenos círculos para estimular o sistema linfático. Os benefícios são muitos e podemos sentir melhorias em todo o rosto, uma vez que este tratamento desincha a pele e promove a drenagem de líquidos, provocando, conseqüentemente, melhorias na circulação.

SESSÃO DE ACUPUNTURA

30 MIN · € 95,00

É parte da Medicina Tradicional Chinesa e consiste na aplicação de agulhas em pontos definidos do corpo chamados “Acupontos” que são distribuídos principalmente em linhas chamadas meridianos de acupuntura, com o objetivo de equilibrar a circulação energética.

SESSÃO DE ACUPUNTURA DE LASER

30 MIN · € 105,00

DESINTOXICAÇÃO E REGENERAÇÃO: SOLUÇÕES MÉDICAS

SESSÃO DE CRIOTERAPIA

15 MIN · € 175,00

Ao arrefecer a pele, o seu metabolismo irá acelerar e, conseqüentemente, queimar gordura. Além de eliminar gordura localizada, a sua pele ganhará tonicidade, ficará menos flácida e com o efeito “casca de laranja” será reduzido.

IYASHI DOMME - DESINTOXICAÇÃO INTENSA E PERDA DE PESO (CALORIAS, TOXINAS E METAIS PESADOS)

30 MIN · € 150,00

Purificar, regenerar e emagrecer é a base desta tecnologia de ponta, que com apenas 30 minutos de sessão, permite queimar até 600kcal. A sua ação é feita através de raios infravermelhos longos de origem vegetal orgânica, o que permite a desintoxicação de toxinas e metais pesados.

SESSÃO DE OSTEOPATIA

50 MIN · € 150,00

Terapia holística e natural que combina uma série de técnicas manipuladoras focadas nas causas dos problemas e queixas, e não nos sintomas, com o objetivo de reduzir a dor e promover a saúde e o bem-estar, reequilibrando o corpo e estimulando os seus próprios mecanismos de cura. O tratamento manipulador da osteopatia melhora a capacidade do corpo de recuperar a função normal, reestabelece o equilíbrio, não produz efeitos secundários e gera uma resposta terapêutica rápida e segura, proporcionando alívio ou eliminação da dor e permite o restauro de um nível ótimo de homeostase.

SESSÃO DE OSTEOPATIA LOCALIZADA

25 MIN · € 80,00

SESSÃO DE MICROFISIOTERAPIA

50 MIN · € 150,00

Este tratamento consiste na identificação de vestígios produzidos por eventos ocorridos e não apagados pelo corpo, que mais tarde se manifestam de diferentes formas. Uma vez encontrados esses vestígios, um mecanismo natural de autocorreção é aplicado para restabelecer as funções do corpo, para eliminar doenças e promover o estado de saúde ideal. O tratamento pode ser preventivo ou corretivo, com o objetivo de ajudar o corpo a reagir e a autocorrigir-se. A Terapia Somática Emocional não causa uma ação direta sobre o sintoma, como uma medicação de emergência, mas sim sobre a própria raiz do problema.

DESINTOXICAÇÃO E REGENERAÇÃO: SOLUÇÕES DE SPA DESINTOXICANTES

RITUAIS DE EXFOLIAÇÃO CORPORAL

A exfoliação corporal é um dos primeiros passos para a desintoxicação, remove as células mortas da pele, liberta o excesso de toxinas e permite que a sua pele respire. Escolha a sua esfoliação corporal, de acordo com os seus objectivos, para uma pele sedosa e radiante.

EXFOLIAÇÃO CORPORAL DE LIMÃO E AZEITE	40 MIN · € 75,00
EXFOLIAÇÃO CORPORAL DE FLOR DE SAL E MATCHA	40 MIN · € 75,00
EXFOLIAÇÃO CORPORAL DE LARANJA E AMÊNDOA	40 MIN · € 75,00
EXFOLIAÇÃO CORPORAL DE SAL DOS HIMALAIAS E ESPIRULINA	40 MIN · € 75,00
EXFOLIAÇÃO CORPORAL DE SAL EPSOM E ALFAZEMA	40 MIN · € 75,00

RITUAIS DE ARGILA

As argilas naturais são usadas na pele há séculos, e hoje em dia é um ingrediente popular. As argilas são consideradas um dos desintoxicantes naturais perfeitos, actuando como um íman natural para remover toxinas e impurezas. Rico em vários minerais, este magnífico ingrediente pode purificar, desintoxicar, equilibrar, oxigenar, revitalizar, regenerar e acalmar a sua pele.

RITUAL DE ARGILA DA CORDILHEIRA DO ATLAS	40 MIN · € 80,00
RITUAL DE ARGILA DESINTOXICANTE	40 MIN · € 80,00
RITUAL DE ARGILA CAULINITA	40 MIN · € 80,00
RITUAL DE ARGILA ZEÓLITO	40 MIN · € 80,00

OUTRAS TERAPIAS DESINTOXICANTES:

ENVOLVIMENTO DESINTOXICANTE DE ALGAS	40 MIN · € 75,00
BANHO DETOX ALCALINO	40 MIN · € 75,00
BANHO DE SAL DOS HIMALAIAS	40 MIN · € 75,00
MASSAGEM DESINTOXICANTE E REENERGIZANTE	50 MIN · € 105,00
LONGEVITY FACIAL SKIN DEEP DETOX & REPAIR	100 MIN · € 250,00

(*) REQUER PRESCRIÇÃO MÉDICA

DESINTOXICAÇÃO E REGENERAÇÃO: SOLUÇÕES MÉDICAS

SESSÃO DE AURICULOTERAPIA

30 MIN · € 95,00

A auriculoterapia é uma especialidade da Medicina Chinesa que consiste na estimulação de pontos de acupuntura no pavilhão auricular. O ouvido é considerado um microsistema representativo do corpo humano, funcionando como um recetor de sinais de alta especificidade, que pode refletir as alterações fisiológicas dos órgãos e sistemas nervoso e músculo-esquelético. Inicialmente, é feita, uma avaliação para diagnosticar os desequilíbrios energéticos e estabelecer um plano de tratamento. A estimulação dos pontos auriculares pode ser feita através da colocação de agulhas de acupuntura ou com o uso de laser, para que o organismo possa alcançar o seu equilíbrio natural. A auriculoterapia também pode ser utilizada para potencializar os efeitos de uma sessão de acupuntura.

PRESSOTERAPIA MÉDICA

30 MIN · € 60,00

A pressoterapia é um tratamento desintoxicante que utiliza a drenagem linfática para ajudar a promover as funções naturais de eliminação de toxinas do organismo. Promove um melhor fluxo sanguíneo e trata os sintomas de pernas pesadas e condições de celulite.

TERAPIA DE HORMONAS BIO-IDÊNTICAS

A PARTIR DE € 650,00

A terapia de reposição hormonal biogenética é uma terapia personalizada e prescrita dependendo do perfil hormonal e das necessidades de cada pessoa. Esta terapia visa reequilibrar os níveis hormonais de cada pessoa em qualquer fase da vida da mesma.

DESINTOXICAÇÃO E REGENERAÇÃO: SOLUÇÕES DE DETOX DENTÁRIO

CONSULTA DE HIGIENE ORAL E DESTARTARIZAÇÃO BIMAXILAR

45 MIN · € 90,00

APLICAÇÃO TÓPICA DE FLURETOS

40 MIN · € 60,00

REMOÇÃO DE PIGMENTAÇÃO DENTÁRIA (COM JATO DE BICARBONATO)

45 MIN · € 60,00

TRATAMENTO GENGIVAL (GENGIVECTOMIA POR QUADRANTE)

45 MIN · € 70,00

BRANQUEAMENTO EXTERNO INTENSIVO EM CONSULTÓRIO/SESSÃO

45 MIN · € 210,00

(*) REQUER PRESCRIÇÃO MÉDICA

SUPLEMENTOS LONGEVITY*

LONGEVITY MULTIVITAMIN AND ANTIOX BOOST AND PROTECT	€ 399,00
LONGEVITY DETOX, REPAIR AND ANTI INFLAMMATION	€ 449,00
LONGEVITY CELLULAR AND CEREBRAL HEALTH REGENERATION	€ 299,00
LONGEVITY CARDIO REGENERATE AND PROTECT	€ 499,00
LONGEVITY SLIM KIT (4 FORMULAE)	€ 380,00
LONGEVITY DHEA	€ 125,00
LONGEVITY B12 SUBLINGUAL	€ 125,00
LONGEVITY OMEGA 3	€ 125,00
LONGEVITY CHOLESTEROL CONTROL	€ 125,00
LONGEVITY MEMORY, FOCUS AND INTELLIGENCE ENHANCER	€ 175,00
LONGEVITY TELOMERE CELL HEALTH ENHANCER	€ 499,00
LONGEVITY MAGNESIUM AND CALCIUM BOOST	€ 290,00
LONGEVITY PROBIOTICS	€ 149,00
LONGEVITY SELENIUM	€ 125,00
LONGEVITY B COMPLEX	€ 125,00
LONGEVITY DIGESTIVE ENZYMES	€ 125,00
LONGEVITY FOR JOINTS	€ 175,00
LONGEVITY BCAA AMINOACIDS	€ 125,00
LONGEVITY GLUTHATIONE 250	€ 175,00
LONGEVITY GLUTHATIONE 500	€ 200,00
LONGEVITY COQ10 120MG	€ 175,00
LONGEVITY TURMERIC	€ 125,00
LONGEVITY MAGNESIUM CITRATE	€ 125,00

(*) REQUER PRESCRIÇÃO MÉDICA

SERVIÇOS HEALTH & WELLNESS CLINIC

NUTRIÇÃO E SUPLEMENTOS: AS NOSSAS SOLUÇÕES

CONSULTA DE NUTRIÇÃO LONGEVITY

25 MIN · € 95,00

Durante a consulta é estabelecido um plano de refeições e estilo de vida personalizado, a fim de aumentar a capacidade de autodefesa do seu corpo e otimizar a saúde e a qualidade de vida.

KIT DETOX

MAX 7 NOITES · € 100,00

ENEMA, SUPLEMENTOS E CHÁS DETOX

KIT MAAX DETOX*

€ 350,00

Maax Detox é um dispositivo médico altamente eficaz classe IIa, feito de lava 100% micronizada, pura e mineral produzida num processo de fabricação único

(*) REQUER PRESCRIÇÃO MÉDICA

RELAXAR, DESFRUTAR E MIMAR: RITUAIS DE MASSAGENS

MASSAGEM PROFUNDA COM ARNICA	50 MIN · € 110,00
Uma massagem estimulante e profunda, realçada pelos benefícios anti-inflamatórios do óleo de arnica que ajudam a aliviar o stress muscular do dia-a-dia.	
MASSAGEM ANTI STRESS	50 MIN · € 105,00
Uma massagem intensa e terapêutica para quem sofre os efeitos da tensão e do stress.	
MASSAGEM RELAXANTE	50 MIN · € 105,00
MASSAGEM DE CONCHAS	50 MIN · € 110,00
MASSAGEM DE PINDAS COM ERVAS AROMÁTICAS	50 MIN · € 110,00
MASSAGEM LOCAL (PERNAS, PESCOÇO, COSTAS E OMBROS)	25 MIN · € 75,00
TERAPIA DO SOM	50 MIN · € 110,00
MASSAGEM DE VELAS	50 MIN · € 110,00
Uma massagem de relaxamento e aromaterapia que estimula a circulação sanguínea reduz o stress e melhora a aparência da pele.	
MASSAGEM “MOTHER TO BE”	50 MIN · € 105,00
A nossa massagem hidratante e relaxante proporciona bem-estar e serenidade tanto para a mãe como para o bebé.	
MASSAGEM AYURVÉDICA	75 MIN · € 110,00
Uma massagem espiritual que equilibra o corpo, mente e energia, desintoxicando o corpo e deixando que com que se sinta paciente e calmo.	

SERVIÇOS HEALTH & WELLNESS CLINIC

RELAXAR, DESFRUTAR E MIMAR: RITUAIS DE CUIDADO CORPORAL

Produtos delicados e puros para melhorar a sua pele. Sinta a sua pele, radiante, nutritiva e rejuvenescida.

RITUAL DE ENVOLVIMENTO CORPORAL DE FERRO	40 MIN · € 80,00
RITUAL DE ENVOLVIMENTO CORPORAL DE MAGNÉSIO E CÁLCIO	40 MIN · € 80,00
RITUAL DE ENVOLVIMENTO CORPORAL DE MAGNÉSIO, SÓDIO, CÁLCIO, FERRO E POTÁSSIO	40 MIN · € 80,00
RITUAL DE ENVOLVIMENTO CORPORAL NUTRICIONAL PROFUNDO	40 MIN · € 80,00

RELAXAR, DESFRUTAR E MIMAR: RITUAIS DE BANHO

A transpiração é um mecanismo automático de desintoxicação corporal, mas um banho quente também é útil para libertar a pele de agentes tóxicos e para relaxar os músculos doridos. Esta é uma técnica milenar utilizada não só para eliminar toxinas, mas também para ajudar o corpo a absorver minerais e nutrientes.

BANHO REVIGORANTE	40 MIN · € 65,00
BANHO RELAXANTE	40 MIN · € 65,00
BANHO NUTRITIVO PROFUNDO	40 MIN · € 65,00

(*) REQUER PRESCRIÇÃO MÉDICA

TRATAMENTOS DE MEDICINA DESPORTIVA

SESSÃO DE TREINO FUNCIONAL*	50 MIN · € 120,00
SESSÃO DE PREVENÇÃO DE LESÕES*	50 MIN · € 120,00
FISIOTERAPIA*	50 MIN · € 120,00
AVALIAÇÃO DE DESEMPENHO*	60 MIN · € 150,00
SESSÃO DE REABILITAÇÃO DO OMBRO COM BIOFEEDBACK*	60 MIN · € 150,00
SESSÃO DE REABILITAÇÃO DA ANCA COM BIOFEEDBACK*	60 MIN · € 150,00
SESSÃO DE REABILITAÇÃO DO JOELHO COM BIOFEEDBACK*	60 MIN · € 150,00
OZONOTERAPIA PARA MÚSCULOS, ARTICULAÇÕES E LESÕES SIMILARES*	20 MIN · € 125,00

TRATAMENTOS DE MEDICINA DA DOR

TRATAMENTO DA DOR GUIADO POR ULTRASSOM*	50 MIN · € 200,00
APLICAÇÃO ECO GUIADA INTRA-ARTICULAR DE ÁCIDO HIALURÓNICO*	50 MIN · € 300,00
APLICAÇÃO ECO GUIADA DE PLASMA RICO EM PLAQUETAS*	50 MIN · € 400,00
OZONOTERAPIA ECO GUIADA INTRA-ARTICULAR OU PERI-ARTICULAR*	50 MIN · € 200,00
ASPIRAÇÃO ECO GUIADA DE CALCIFICAÇÕES*	50 MIN · € 200,00
HIDRODISSECAÇÃO ECO-GUIADA DA BURSA OU TENDÃO*	50 MIN · € 200,00

(*) REQUER PRESCRIÇÃO MÉDICA

SERVIÇOS HEALTH & WELLNESS CLINIC

DESPORTO, FITNESS E MEDICINA DA DOR: SESSÕES DE EXERCÍCIO FÍSICO

SESSÃO PERSONALIZADA DE PILATES 30M	30 MIN · € 50,00
SESSÃO PERSONALIZADA DE PILATES 60M	60 MIN · € 85,00
SESSÃO PERSONALIZADA DE YOGA 30M	30 MIN · € 50,00
SESSÃO PERSONALIZADA DE YOGA 60M	60 MIN · € 85,00
SESSÃO PERSONALIZADA DE EMAGRECIMENTO 30M	30 MIN · € 50,00
SESSÃO PERSONALIZADA DE EMAGRECIMENTO 60M	60 MIN · € 85,00
SESSÃO DE TREINO PERSONALIZADO PARA QUEIMAR GORDURA 30M	30 MIN · € 50,00
SESSÃO DE TREINO PERSONALIZADO PARA QUEIMAR GORDURA 60M	60 MIN · € 85,00
SESSÃO DE TREINO PERSONALIZADO ASSISTIDO DE ALONGAMENTOS 30M	30 MIN · € 50,00
SESSÃO DE TREINO PERSONALIZADO ASSISTIDO DE ALONGAMENTOS 60M	60 MIN · € 85,00
SESSÃO DE TREINO PERSONALIZADO DE EQUILÍBRIO E FORÇA 30M	30 MIN · € 50,00
SESSÃO DE TREINO PERSONALIZADO DE EQUILÍBRIO E FORÇA 60M	60 MIN · € 85,00
SESSÃO DE TREINO PERSONALIZADO BOOTCAMP 30M	30 MIN · € 50,00
SESSÃO DE TREINO PERSONALIZADO BOOTCAMP 60M	60 MIN · € 85,00
SESSÃO DE TREINO PERSONALIZADO HIIT 30M	30 MIN · € 50,00
SESSÃO DE TREINO PERSONALIZADO HIIT 60M	60 MIN · € 85,00
SESSÃO DE TREINO PERSONALIZADO DE ESTRUTURA CORPORAL 30M	30 MIN · € 50,00
SESSÃO DE TREINO PERSONALIZADO DE ESTRUTURA CORPORAL 60M	60 MIN · € 85,00

(*) REQUER PRESCRIÇÃO MÉDICA

TERAPIA DE DETOX EMOCIONAL

50 MIN · € 150,00

Para melhores resultados de desintoxicação, o seu regime nutricional e físico pode ser combinado com uma desintoxicação emocional terapêutica. O equilíbrio emocional é igualmente essencial para um estilo de vida saudável e pode melhorar os níveis de energia e promover o crescimento e desenvolvimento emocional. O stress e as tensões emocionais manifestam-se no nosso corpo, pelo que esta terapia integrada pode ajudar-nos a alcançar um verdadeiro equilíbrio mental e físico.

MEDITAÇÃO GUIADA

50 MIN · € 150,00

Ao aprender técnicas para realizar o nosso Eu Interior e técnicas de respiração para nos ajudar a reduzir o stress, podemos rejuvenescer-nos, à nossa mente, corpo e alma. Estas lições tornam-se parte da nossa vida diária, ferramentas estas que podem ser sempre usadas cada vez que nos sentirmos stressados ou fatigados.

TERAPIA MINDFULNESS – MENTE, CORPO, EU INTERIOR E RELAXAMENTO

50 MIN · € 150,00

Uma sesta de Meditação Guiada, técnicas de meditação para a realização do Eu Interior e técnicas de respiração, são algumas ferramentas que podem ajudar a reduzir o stress, trabalhando todas juntas para revitalizar completamente a mente, corpo e alma, deixando-nos prontos para enfrentar os desafios do dia-a-dia.

SESSÃO DE PSICOLOGIA ENERGÉTICA

50 MIN · € 150,00

TERAPIA DE CURA ENERGÉTICA

50 MIN · € 150,00

Alinhando e harmonizando-nos física, emocional, mental e energeticamente, podemos reequilibrar os nossos chakras, restaurar o fluxo de energia e libertar pensamentos e emoções negativas – promovendo a liberdade na tomada de decisões, bem como uma maior abertura a qualquer processo terapêutico em curso.

SERVIÇOS HEALTH & WELLNESS CLINIC

REEQUILÍBRIO, MENTE E ENERGIA

COACHING DE ESTILO DE VIDA

50 MIN · € 150,00

O coaching de estilo de vida procura formas de melhorar a nossa visão e positividade. Selecionando técnicas e métodos da Terapia de Aceitação e Compromisso (TAC), Mindfulness (MBCT), Terapia Cognitiva Comportamental (TCC) e Medicina Energética para criar uma estratégia adequada à sua personalidade e necessidades únicas. Podemos fornecer-lhe as ferramentas para exercer mudanças reais na sua vida. Para obter melhores resultados, são recomendadas duas sessões.

TERAPIA DE ACEITAÇÃO E COMPROMISSO (TAC)

50 MIN · € 150,00

A Terapia de Aceitação e Compromisso (TAC) visa aumentar a nossa força e flexibilidade psicológica. Ao invés de evitar, exagerar ou eliminar pensamentos e sentimentos stressantes, a TAC ensina-nos a lidar com quaisquer desafios que a vida possa apresentar, bem como a dar passos positivos à medida que o fazemos. Ao identificar o que realmente nos importa mais, podemos encontrar maneiras de viver uma vida mais gratificante e alegre.

TÉCNICAS CORPO-MENTE PARA A GESTÃO DE STRESS

50 MIN · € 150,00

Esta consulta é adaptada para desenhar ferramentas personalizadas para ajudar a construir a melhor forma de lidar com o stress. Estão incluídos exercícios personalizados para o treino regular da mente. Se não se sente capaz de mudar a sua fonte de stress, certamente conseguirá mudar-se a si mesmo e a maneira como lida com o stress. Aprenda ferramentas simples que poderá integrar na sua vida quotidiana. O resultado é uma forma de vida muito mais saudável e feliz.

SERVIÇOS HEALTH & WELLNESS CLINIC

ESTÉTICA, REMODELAÇÃO E BELEZA: RITUAIS DE SPA DE CONTORNO E ADELGAÇAMENTO DO CORPO

MASSAGEM ANTI-CELULITE E ADELGAÇAMENTO	50 MIN · € 105,00
Uma massagem desintoxicante para ajudar a afinar e tonificar a silhueta, melhorando ao mesmo tempo a circulação sanguínea, sendo uma excelente opção para aliar a tratamentos direcionados para a celulite.	
RITUAL DE ADELGAÇAMENTO LOCAL	40 MIN · € 80,00
RITUAL DE CONTORNO E CELULITE LOCAL	40 MIN · € 80,00
RITUAL DE DRENAGEM LOCAL - PERNAS	25 MIN · € 75,00

RITUAIS DE SPA - ROSTO

FACIAL EXPRESS	40 MIN · € 80,00
Um tratamento facial hidratante e revigorante que deixa a pele energizada e resplandecente.	
FACIAL ANTI-AGEING	50 MIN · € 125,00
Um tratamento de drenagem revitalizante e relaxante, que estimula a renovação cutânea para combater os sinais de envelhecimento.	

TERAPIA SACRO-CRANIANA

50 MIN · € 150,00

O alinhamento estrutural incorreto do sistema sacro-craniano – pélvis, coluna vertebral e cabeça – pode comprimir os nossos nervos, causando espasmos musculares dolorosos que irão prejudicar a funcionalidade normal do corpo. Esta terapia orientada corrige estas disfunções através de uma massagem suave na cabeça e na coluna vertebral.

REIKI

50 MIN · € 150,00

Trabalhando a um nível emocional, mental e espiritual, o Reiki usa a luz ou até mesmo a massagem sem contacto para realinhar o fluxo de energia vital, reequilibrar o corpo e deixá-lo com uma melhor sensação de bem-estar.

SHIATSU

50 MIN · € 150,00

Uma terapia oriental antiga que significa literalmente “pressão dos dedos”, esta massagem visa pontos estratégicos do corpo, incluindo os dedos, pés e palmas das mãos.

FLUTUAÇÃO DE SAL EPSOM

45 MIN · € 175,00

A elevada concentração de Sal Epsom alivia a fadiga e o stress e permite-lhe flutuar sem peso, reduzindo ao mesmo tempo a dor muscular e elimina toxinas do corpo.

FLUTUAÇÃO DE SAL EPSOM COM MASSAGEM

95 MIN · € 225,00

EQUIPAMENTO DE APNEIA DO SONO (CPAP)*

€ 2.000,00

RITUAIS RETOQUES FINAIS

DEPILAÇÃO

PERNA COMPLETA	80 MIN · € 40,00
MEIA PERNA	40 MIN · € 25,00
DEPILAÇÃO BRASILEIRA	40 MIN · € 65,00
DEPILAÇÃO BRASILEIRA INTEGRAL	60 MIN · € 80,00
AXILAS	20 MIN · € 55,00
BUÇO	15 MIN · € 10,00
SOBRANCELHAS	20 MIN · € 10,00

TRATAMENTOS MÉDICOS DE BELEZA E REMODELAÇÃO DO CORPO

REDUÇÃO INTENSA DE CELULITE	A PARTIR DE € 950,00
ADELGAÇAMENTO INTENSO DO CORPO	A PARTIR DE € 950,00
CONTORNO E REMODELAÇÃO DO CORPO	A PARTIR DE € 950,00
TRATAMENTO DE "BRAZILIAN BUT LIFT"	A PARTIR DE € 800,00
COOLSCULPTING - SESSÃO DE REDUÇÃO DE GORDURA E VOLUME	A PARTIR DE € 950,00
PACOTE PERSONALIZADO INSTA BODY BEAUTY	A PARTIR DE € 2.500,00

(*) REQUER PRESCRIÇÃO MÉDICA

SPA E CABELEIREIRO

CORTE DE CABELO	A PARTIR DE € 50,00
ESCOVAGEM	A PARTIR DE € 45,00
ALISAMENTO	A PARTIR DE € 45,00
MISE (ROLOS)	A PARTIR DE € 45,00
PINTURA	A PARTIR DE € 50,00
PINTURA DA RAIZ	A PARTIR DE € 50,00
MADEIXAS	A PARTIR DE € 80,00
BALAYAGES	A PARTIR DE € 80,00
DESCOLORAÇÃO	A PARTIR DE € 35,00
CARACÓIS NATURAIS	A PARTIR DE € 65,00

RITUAIS RETOQUES FINAIS

MANICURE 30 MIN · € 45,00

MANICURE LONGEVITY 60 MIN · € 65,00

Um ritual nutritivo para realçar a beleza e a jovialidade das suas mãos. Tratamento completo com banho de aroma, peeling, máscara hidratante, massagem e acabamento.

PEDICURE 50 MIN · € 75,00

PEDICURE LONGEVITY 80 MIN · € 95,00

Experimente o conforto e o prazer de um ritual de spa dedicado aos pés, incluindo uma hidratação profunda e um banho esfoliante relaxante.

TRATAMENTOS MÉDICOS ESTÉTICOS DENTÁRIOS

RESTAURAÇÃO ESTÉTICA	A PARTIR DE € 60,00
COROAS CERÂMICAS	A PARTIR DE € 500,00

TRANSFORMAÇÃO ESTÉTICA

AVALIAÇÃO E SIMULAÇÃO DE CIRURGIA PLÁSTICA*	45 MIN · € 175,00
CONSULTA DE CIRURGIA PLÁSTICA (PRÉ E PÓS)*	45 MIN · € 175,00

CIRURGIAS FACIAIS

FACELIFT COMPLETO*	A PARTIR DE € 5.900,00
MINI FACELIFT*	A PARTIR DE € 4.500,00
NECKLIFT ISOLADO*	A PARTIR DE € 6.900,00
LIFT DE SOBRANCELHAS*	A PARTIR DE € 1.200,00
BLEFAROPLASTIA*	A PARTIR DE € 900,00
OTOPLASTIA*	A PARTIR DE € 2.250,00
RINOPLASTIA*	A PARTIR DE € 4.500,00

(*) REQUER PRESCRIÇÃO MÉDICA

TRATAMENTOS MÉDICOS DE BELEZA E REMODELAÇÃO FACIAL

BRANQUEAMENTO DA PELE A PARTIR DE € 300,00

PEELINGS MÉDICOS A PARTIR DE € 250,00

The strength of chemical peels varies according to the desired effect, but all work to reinvigorate the skin, reducing age or sun spots, wrinkles or fine lines even scars from acne.

LIFTING SUPERFICIAL A PARTIR DE € 300,00

MESOLIFT FACIAL 30 MIN · € 350,00

BIOREVITALIZAÇÃO ATRAVÉS DE PREENCHIMENTOS DÉRMICOS POR AMPOLA · € 375,00

MESOLIFT ESTÉTICO DE OZONO POR ÁREA · € 350,00

INFUSÃO DERMAL 30 MIN · € 450,00

A limpeza facial profunda, juntamente com microinjeções de vitaminas, minerais e aminoácidos, estimula a produção de colagénio e elastina para dar um aspeto mais fresco e saudável.

SESSÃO DE BOTOX POR AMPOLA · € 400,00

O “Botox” Cosmético é uma proteína purificada, medicamento administrada, que reduz a atividade muscular causando linhas franzidas para uma aparência mais suave e jovem.

LIFT DOS FIOS MÁGICOS PREÇO SOB CONSULTA

Um procedimento simples e seguro que utiliza fios DOP que se dissolvem (fios de Polidioxanona – um fio de grau médico utilizado para suturar há mais de 20 anos) para rejuvenescer o rosto sem a necessidade de cirurgia.

BIOESTIMULAÇÃO COM PLASMA RICO EM PLAQUETAS A PARTIR DE € 600,00

Usando as nossas próprias células, proteínas e fatores de crescimento plasmático, a bio-estimulação ajuda na tonalidade, brilho e luminosidade da pele.

PACOTE PERSONALIZADO INSTA FACE BEAUTY € 1.500,00

Um pacote completo e sob medida que combina várias técnicas adaptadas às suas necessidades únicas.

(*) REQUER PRESCRIÇÃO MÉDICA

CIRURGIAS DE TRANSFORMAÇÃO “MOMMY” AND “GRANNY”

PACK DE TRANSFORMAÇÃO MOMMY* (Peito, abdómen e estética íntima)	MEDIANTE PEDIDO
PACK DE TRANSFORMAÇÃO GRANNY* (Peito, abdómen e íntimo funcional e estético)	MEDIANTE PEDIDO

CIRURGIAS CAPILARES

TRANSPLANTE CAPILAR*	A PARTIR DE € 2.500,00
TRANSPLANTE CAPILAR DE SOBRANCELHAS*	MEDIANTE PEDIDO
TRANSPLANTE ESTRUTURADO DE PELOS FACIAIS*	MEDIANTE PEDIDO

CIRURGIAS ÍNTIMAS

VAGINOPLASTIA*	A PARTIR DE € 2.500,00
LABIOPLASTIA*	A PARTIR DE € 2.000,00
LABIA MAJORA LIPOFILLING*	A PARTIR DE € 2.000,00
REDUÇÃO DO CLÍTORIS*	A PARTIR DE € 1.750,00
LIPOASPIRAÇÃO SUPRAPÚBICA*	A PARTIR DE € 1.750,00
CIRURGIA DE RECONSTRUÇÃO DO HÍMEN*	A PARTIR DE € 1.500,00

(*) REQUER PRESCRIÇÃO MÉDICA

CIRUGIAS MAMÁRIAS

AUMENTO MAMÁRIO*	A PARTIR DE € 3.350,00
REDUÇÃO MAMÁRIA*	A PARTIR DE € 4.750,00
LIFT MAMÁRIO*	A PARTIR DE € 4.350,00
REVISÃO MAMÁRIA*	A PARTIR DE € 4.500,00
CORREÇÃO DOS MAMILOS*	A PARTIR DE € 500,00
RECONSTRUÇÃO PÓS-MASTECTOMIA*	MEDIANTE PEDIDO

CIRURGIAS CORPORAIS

TRANSPLANTE ESTRUTURADO DE PELOS FACIAIS*	A PARTIR DE € 6.500,00
LIFTING “BRAZILIAN BUT”*	A PARTIR DE € 4.100,00
ABDOMINOPLASTIA*	A PARTIR DE € 4.200,00
LIPOABDOMINOPLASTIA SEGURA*	A PARTIR DE € 7.200,00
LIFT LONGITUDINAL (BRAÇOS)*	A PARTIR DE € 3.900,00
LIFT DE COXAS*	A PARTIR DE € 3.900,00
LIPOBODYLIFT*	A PARTIR DE € 8.500,00
LIPOASPIRAÇÃO SEGURA*	A PARTIR DE € 4.000,00
AUMENTO DO BUCHO DA PERNA*	A PARTIR DE € 4.000,00
LIPOFILLING*	MEDIANTE PEDIDO
LIPOLASER*	MEDIANTE PEDIDO

(*) REQUER PRESCRIÇÃO MÉDICA

LONGEVITY

HEALTH & WELLNESS HOTEL
ALVOR · ALGARVE

TERMOS & CONDIÇÕES

Preços em Euros incluindo IVA à taxa em vigor.

Os preços estão sujeitos a alterações sem aviso prévio.

É necessária reserva antecipada, sujeita a disponibilidade.

A idade mínima de admissão é de 18 anos.

O valor total será cobrado em caso de cancelamentos com menos de 24 horas de antecedência.

Todas as informações contidas neste documento podem ser alteradas sem aviso prévio.

CONTACTOS

INFORMAÇÕES GERAIS: +351 282 248 870

RESERVAS: +351 282 248 890

WEBSITE: longevityalvor.com