

Perguntas Frequentes

Porquê Sal Epsom?

Sendo o Sal Epsom sulfato de magnésio, apresenta várias propriedades terapêuticas, ao contrário do sal comum que contém cloreto de sódio, prejudicial à saúde. Além de revitalizar e rejuvenescer a pele, o Sal Epsom permite também que esta fique macia sem enrugar. Estimula ainda a circulação sanguínea e é benéfico para as articulações. A utilização deste sal na flutuação vai também favorecer a higiene da água, eliminando todas as bactérias.

Quais as vantagens da flutuação?

São clinicamente reconhecidos os benefícios na redução da dor, do stress e da ansiedade. A flutuação aumenta a concentração, a criatividade e a eficiência cardiovascular; alivia sintomas de asma, artrite e enxaquecas; reforça o sistema imunitário, a auto-confiança, a mente e a sensação de bem-estar geral.

Estou grávida. Posso flutuar?

Sim. É bastante aconselhado noutros países da Europa. A ausência de gravidade proporciona um alívio nas tensões acumuladas nas costas e zona abdominal. O profundo estado de relaxamento mental é também muito bom para o bebé.

Flutuar ajuda a recuperar dos efeitos do jet-lag?

Sim. Após um longo voo, o nosso relógio interno poderá levar alguns dias até regularizar. Estudos demonstram que flutuar é bastante eficaz, ajudando a acelerar ou a eliminar o ciclo do jet-lag.

Flutuar é aconselhável para atletas?

Sim. Além de prevenir, também recupera lesões nos tecidos musculares e nas articulações. As performances atléticas são também melhoradas, não só pelos efeitos físicos do relaxamento, como também pelo aumento da capacidade de concentração.

Devo reservar a sessão com antecedência?

Sim. Será sempre mais seguro reservar com antecedência para garantir que têm a sessão no horário que mais lhe convém.

O que preciso de levar?

Nada. O Puro SPA coloca à sua disposição toalhas, chinelos, roupão, champô, gel de duche e secador de cabelo. Se desejar, poderá trazer o seu fato de banho, para antes ou depois de flutuar poder usufruir do Circuito de Água do Puro SPA, que inclui piscina interior, sauna, jacuzzi, banho turco e duche de sensações.

Como é garantida a higiene da água dentro da cabine?

Os 300 quilos de Sal Epsom contidos nos 600 litros de água garantem a eliminação de todas as bactérias, tornando o contacto com as mesmas bastante mais improvável dentro da cabine do que quando anda na rua ou está no local de trabalho. No final de cada sessão, a água é bombeada através do filtro que remove todas e quaisquer partículas até 30 microns, inferior à espessura de um cabelo humano. A higiene é ainda garantida pela filtragem entre sessões, de toda a água que está dentro da cabine e pela constante manutenção e medição da qualidade da água, mantendo-se o pH, a alcalinidade e os níveis de cloro dentro dos limites estabelecidos.

Quanto tempo demora a sessão de flutuação?

Uma sessão dura 1 hora. Deve chegar pelo menos 20 minutos antes para que possa tomar duche e preparar-se para a sessão.

Posso combinar a flutuação com uma massagem?

Sim. Aconselhamos que faça uma sessão de flutuação antes do tratamento para potenciar os benefícios da massagem. Tem um completo menu Puro SPA à sua disposição.

A pele fica enrugada?

Não. O Sal Epsom não permite que a pele fique enrugada como acontece durante um longo banho, ou ressequida, como acontece na praia. Pelo contrário, a sua pele vai beneficiar da solução de água e sal, ficando mais suave e revitalizada.

Podemos virar-nos acidentalmente dentro de água?

Não. A flutuação de costas é absolutamente tranquila e sem que tenha de fazer qualquer esforço, o que impede qualquer tendência para se virar (ao contrário do que acontece quando está a dormir, por causa da sensação de pressão sob o corpo na cama). Na verdade, é perfeitamente seguro dormir enquanto está a flutuar.

Fico com frio durante a flutuação?

Não. A cabine está permanentemente aquecida. A água está morna, à temperatura da pele, o que permite flutuar por bastante tempo. A temperatura correcta é muito importante para se sentir leve e confortável durante a sessão.

Serei pesado demais para flutuar?

Não.

E se eu não souber nadar?

Não precisa de saber nadar. A elevada quantidade de Sal Epsom contida na água faz com que não seja possível afundar-se. Na sessão de flutuação basta entrar na cabine, sentar-se e deitar-se de costas. É bastante fácil e prático. A altura de água dentro da cabine é de apenas 25cm.

O que faço durante uma sessão de flutuação?

Nada. Quanto menos fizer mais profundo será o estado de relaxamento.

E se eu adormecer?

Fantástico! De facto é bom adormecer durante uma sessão.

Terei sensação de falta de ar?

Não. Ao contrário de uma cápsula de flutuação, esta cabine não cria uma sensação de falta de ar. Pode manter a porta fechada ou aberta, levantar-se e sair quando desejar. Pode ainda escolher ficar com ou sem luz ou, com ou sem música.

Quem é que não deve flutuar?

Não podem flutuar pessoas com doenças mentais graves, com problemas de pele graves e pessoas com epilepsia. É desaconselhável a utilização por pessoas com hipertensão grave ou claustrofóbicas. Flutuar após a depilação não é aconselhável pois pode causar desconforto na pele sensibilizada, prejudicando a sua experiência de flutuação. Pelo mesmo motivo não deverão flutuar pessoas que tenham feridas recentes. É proibida a flutuação sob o efeito de álcool ou drogas.