

---

## Saúde e Bem-Estar na Madeira

---

### SOBRE



Foto: Turismo de Portugal

### Saúde e Bem-Estar na Madeira

**Descobrimos um ambiente de perfeita harmonia entre a natureza e o homem onde o provérbio "mente limpa, corpo são" faz todo o sentido.**

A **Madeira** é muito mais do que uma ilha, é um lugar místico, de descoberta da natureza e de nós próprios. Tal como nós, feitos da dualidade corpo e alma, é feita de contrastes entre o Oceano profundo e as montanhas altas, o sol e a neve, o azul do mar e as cores exuberantes das flores. É nesta paisagem de contrastes, em perfeita harmonia, que encontramos o **equilíbrio entre o corpo e a mente**.

Desde há muito tempo procurada pelas suas **qualidades terapêuticas para a cura de doenças** essencialmente do foro respiratório, a Madeira continua a oferecer condições excecionais como **destino de saúde**.

Nesta ilha de **águas calmas e límpidas** e podemos **tirar partido dos extratos de algas e plantas**, do **fresco aroma das flores**, do ar **100% puro**, aliado ao clima temperado, e **renovar as energias**.

A grande maioria dos **estabelecimentos hoteleiros oferece um vasto leque de opções** - piscinas naturais, saunas e centros de massagens. Alguns são mesmo "**estâncias de saúde**", complementando a oferta com serviços como talassoterapia, hidromassagem, banho turco, centros de estética, **aliando a componente médica à estética**.

Não devemos esquecer da ilha do **Porto Santo** que, para além da imensa **praia de areia dourada**, cujas **propriedades minerais** apresentam já reputação internacional pelas suas possibilidades terapêuticas ao nível do tratamento de doenças do foro reumático, disponibiliza também um **Centro de Talassoterapia** que presta serviços de saúde complementar nas vertentes preventiva e curativa.

Possuidora de elementos tão saudáveis quanto naturais, a **Madeira oferece as condições essenciais para desfrutar de umas férias relaxantes ou revigorantes em qualquer altura do ano**.

---

### INFORMAÇÕES ÚTEIS

Saiba mais: Turismo da Madeira

Mapas e Brochuras: VisitMadeira

Madeira Apps