

Inscrição e consulta médica

(pré-marcação)

Chegada às Termas

Abertura do Processo

Consulta médica

Compra de tratamentos

Marcação de horários

Tratamentos

Parque Termal do Cró
Estrada Nacional 324, km 123
6324-011 Rapoula do Côa

T 00351 271 589 000
F 00351 271 589 001

GPS
Latitude: 40.4399
Longitude: -7.0407

Horário Balneário
8:30 | 19:30
Excepto Domingos

Acessibilidades

Vindo do Porto: A25, saída Sabugal e siga pela EN 324.

Vindo de Lisboa: A23, no nó da Guarda, saída direcção Sabugal e siga pela EN 233. Antes do Sabugal virar à esquerda no sentido Rapoula do Côa pela EN 324.

guia do termalista

CRÓ TERMAS

Queremos que se sinta em casa para que possa beneficiar, em pleno, dos efeitos terapêuticos das nossas águas.

geral@termasdocro.com
www.termasdocro.com

o seu-bem-estar é a nossa paixão

elixir natural



Bem vindo às Termas do Cró!

Aqui tentamos informá-lo do funcionamento orgânico do balneário das Termas do Cró.

Antes de vir

Informe-se sobre os benefícios que a sua saúde pode obter através da água única das Termas do Cró em www.termasdocro.com ou pelo telefone 271 589 000.

Se possível, seja portador de exames/meios de diagnóstico complementares recentes (RX, análises, ECG, etc.) e a medicação habitual, para melhor esclarecimento da sua situação clínica.

A Cura Termal

O acesso aos Tratamentos Termais pode ser feito de duas formas:

Indicação do médico de família ou assistente;

Iniciativa própria, dirigindo-se ou contactando diretamente as Termas.

As indicações da cura termal

Doenças músculo-esqueléticas e reumáticas (Osteoartrose, Reumatismos Inflamatórios e abarticulares (ombro doloroso, nevralgias e ciatalgias), Artropatias traumáticas e Pós- operatório Ortopédico).

Doenças do foro respiratório (rinite, sinusite, bronquite, faringite, laringite, asma brônquica, DPOC). Doenças de pele e patologias dermatológicas (psoríase, eczema, úlceras varicosas, acne).

Contra indicações da cura termal

Gravidez, insuficiências cardíacas e renais descompensadas, afeções tumorais malignas evolutivas, SIDA e outras doenças infecto-contagiosas, afeções psiquiátricas severas ou mau estar geral.

Qualquer dúvida informe-se com o seu médico assistente ou pelo email, directorclinico@termasdocro.com

A consulta

A consulta com um médico hidrologista das Termas é obrigatória.

Na consulta médica, serão prescritos os tratamentos termais mais adequados.

O passo seguinte será a compra e marcação dos horários dos tratamentos.

Traga consigo Cartão de cidadão ou B.I., cartão de contribuinte e cartão de utente ou outro subsistema de saúde. Caso tenha algum seguro de saúde deverá fazer referência, para verificarmos a existência de algum desconto.

Diariamente, será fornecido roupão, toalha e chinelos. Deve trazer fato de banho/ calção e touca, caso realize tratamentos de Balneoterapia.

Para realizar os seus tratamentos deve fazer-se sempre acompanhar da guia de tratamento.

Duração média

A cura termal tem uma duração média de duas semanas (doze a catorze dias seguidos), podendo ser dividida em dois períodos.

Há também quem faça, a conselho médico, duas curas anuais de doze a catorze dias espaçadas de dois a três meses .

Inscrição e Consulta médica

A Inscrição e a consulta médica podem ser feitas por pré-marcação via site, telefone, e-mail, ou presencialmente nas termas. A inscrição é válida por toda a época termal.

Reembolsos dos Tratamentos Termais

Os Tratamentos Termais são reembolsados pelos subsistemas de saúde (ADSE, ADMA, ADMG, SAMS ou outros). Para tal, deverá ter uma declaração médica comprovativa dessa necessidade. As despesas com os tratamento termais são ainda dedutíveis ao IRS desde que o recibo seja acompanhado de idêntica declaração médica.

Conselhos durante e após a cura termal

Durante a cura termal, se o seu caso for alguma das patologias do foro respiratório;

evite assoar-se durante as duas/ três primeiras horas;

faça um período de arrefecimento na zona da receção/ cafetaria;

agasalhe-se à saída do balneário, sobretudo em dias mais frios;

não fume.

Os tratamentos «quentes» dirigidos a problemas reumáticos aconselham idêntico resguardo durante o período de tratamento e nas duas ou três semanas seguintes, especialmente no que respeita a banhos de água fria (piscina, mar ou chuveiro) e à ingestão de bebidas frescas ou gelados.

As Termas do Cró não se responsabilizam pela perda, furto e/ ou dano de objetos pessoais.

A época termal decorre de Março a Novembro, de 2^a feira a sábado.

Os horários dos tratamentos variam ao longo da época termal, de acordo com a afluência dos termalistas.

qualquer dúvida que subsista terá o esclarecimento pronto de quem o está a atender.

Telefones úteis

Centro de Saúde do Sabugal
271 753 318

Bombeiros do Sabugal
271 753 415

G.N.R. do Sabugal
271 750 110

Praça de Táxis
271 752 888

Central de Camionagem
271 754 042/3