



# VIAGEM PELA VITALIDADE

*com Dra. Ana Moreira*

19 - 22 MAIO, 2022



SIX SENSES

DOURO VALLEY



## Quem é a Dra. Ana Moreira?

Ana Moreira descreve-se a si mesmo como uma mulher feliz!

É licenciada em Medicina, pela Faculdade de Medicina da Universidade do Porto. É pós-graduada em Climatologia e Hidrologia, com competência em Medicina Termal. É aluna de Doutoramento em Ciência Quântica da Saúde.

Começou por estudar e investigar outras abordagens médicas, nomeadamente, a Medicina Ayurvédica, Medicina Tradicional Chinesa, Acupuntura, Homotoxicologia, Medicina Ortomolecular, Medicina Biológica e Antienvhecimento e Medicina Sintergética.

Foi neste âmbito que criou o Centro de Medicina Integrativa Dra. Ana Moreira, que coordena até hoje na cidade do Porto.

É formadora na área de saúde integrativa e participa constantemente em seminários, colóquios e palestras, nacionais e internacionais, como oradora.





# O que é a Medicina Integrativa?

A Medicina Integrativa pode ser entendida como a “combinação” da medicina convencional com a medicina complementar, com base em evidências científicas e com a finalidade de oferecer maior variedade de opções terapêuticas aos pacientes.





A Medicina Integrativa representa uma evolução do pensamento médico e é um reflexo da expansão da consciência do ser humano na área da Saúde. Medicina Integrativa “conjuga” a medicina convencional com a medicina complementar, baseada em evidência científica.





Diferente do ponto de vista da medicina tradicional, na medicina integrativa a saúde é a soma de aspetos que vão além da área biológica, incluindo também as partes emocionais, sociais, mentais e espirituais.

A Medicina Integrativa assenta em duas vertentes base: a prevenção de um estado de doença ("Life Style Medicine"), por um lado, e o tratamento de patologias já existentes, por outro. É assim fundamental reeducar os hábitos dos pacientes e eliminar tudo aquilo

que possa interferir/alterar o equilíbrio interno, como, por exemplo, alimentos inflamatórios, metais pesados, fontes de desequilíbrio eletromagnético ou problemas odontológicos.

Em resumo, a Medicina Integrativa procura assim manter em perfeito estado as funções vitais do indivíduo. É, por isto, uma excelente forma de se manter saudável de um ponto de vista holístico, global e o mais bio-compatível possível.

Chegamos assim ao objetivo de oferecer um atendimento humanizado que age na cura das doenças, prevenção das mesmas e promoção de saúde.





Faça uma pausa e desfrute, enquanto se re-equilibra com os tratamentos mais avançados de Medicina Integrativa, restabelecendo a sua saúde!





# Six Senses Douro Valley

Six Senses Douro Valley está situado no Vale do Douro, numa zona classificada como património mundial pela UNESCO. Esta quinta transformada em hotel possui 60 alojamentos entre quartos, suites e villas. A casa da quinta datada do Séc. XIX tem um design de interior contemporâneo onde se combinam elementos da arquitetura tradicional portuguesa e o inimitável estilo Six Senses.

Conta com um espaçoso Spa com uma piscina interior e 10 salas de tratamentos. O hotel dispõe ainda de diversos restaurantes tais como: a Open Kitchen com um forno de lenha e um Jospet grill; o Restaurante Vale de Abraão, com uma lareira de grandes dimensões; a Wine Library e o Terraço, com soberbas vistas sobre as vinhas e o Rio Douro.





## Estadia & Alimentação

Refeições 100% orgânicas, preparadas com alimentos que favorecem o equilíbrio e a saúde (nutrição imuno-modulatória) em regime de pensão completa;

Três noites num quarto de categoria Quinta Deluxe.

## Medicina Integrativa

Consulta Medicina Integrativa (on-line prévia ao retiro) com a Dra. Ana Moreira;

Consulta de Nutrição Funcional (on-line prévia ao retiro);

Um exame Neuro-Vascular presencial, com relatório médico personalizado;

Três sessões de ozonoterapia médica;

Três tratamentos endovenosos ortomoleculares protocolizados;

Cinco palestras "Life Style Medicine", com a Dra Ana Moreira (Q&A).

## Spa

Dois tratamentos de spa;

Acesso livre ao spa (piscina interior e saunas).

## E ainda...

Quatro sessões de relaxamento guiadas pela Dra. Ana Moreira;

Caminhadas e atividades de mindfulness na floresta, com a orientação da Dra. Ana Moreira.





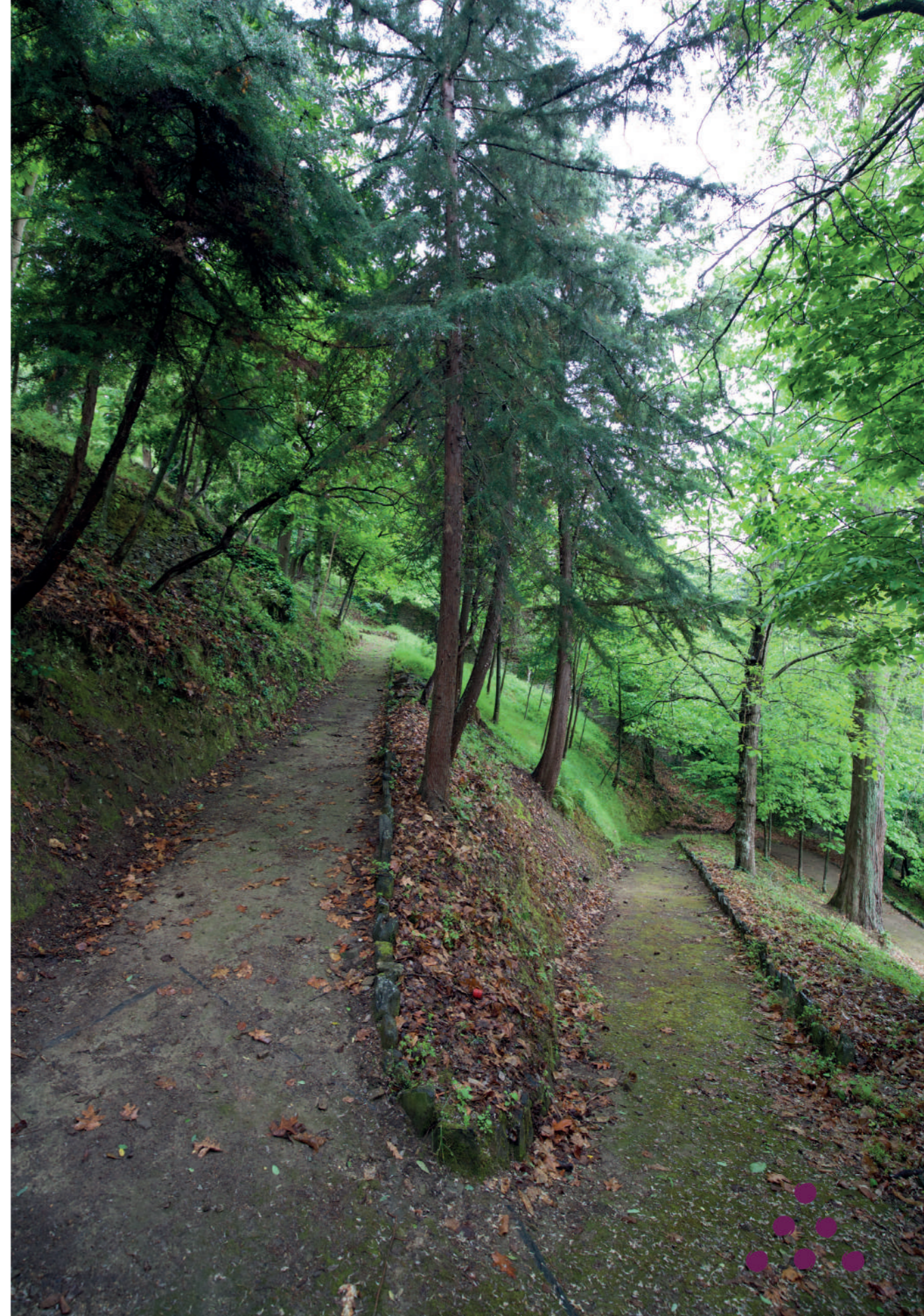
# Preço e Política de Cancelamento

EUR 4,235 por pessoa num quarto individual Quinta Deluxe  
EUR 6,520 para duas pessoas num quarto duplo Quinta  
Deluxe

*Tratamentos, consultas e atividades extra estão disponíveis  
mediante pedido*

*\*Os preços incluem todos os impostos*

A reserva só pode ser cancelada até 30 dias antes da chegada;  
Para reservas canceladas após este período, será cobrado 100%  
da tarifa do quarto indicado.





# Contacto

Departamento de Eventos  
Marco Rica:  
[marco.rica@sixsenses.com](mailto:marco.rica@sixsenses.com)

Adriana Ferreira:  
[adriana.ferreira@sixsenses.com](mailto:adriana.ferreira@sixsenses.com)

+351 254 660 600

