

Marcas & Negócios

BÁLSAMO SPA

Terapias para o corpo e a mente

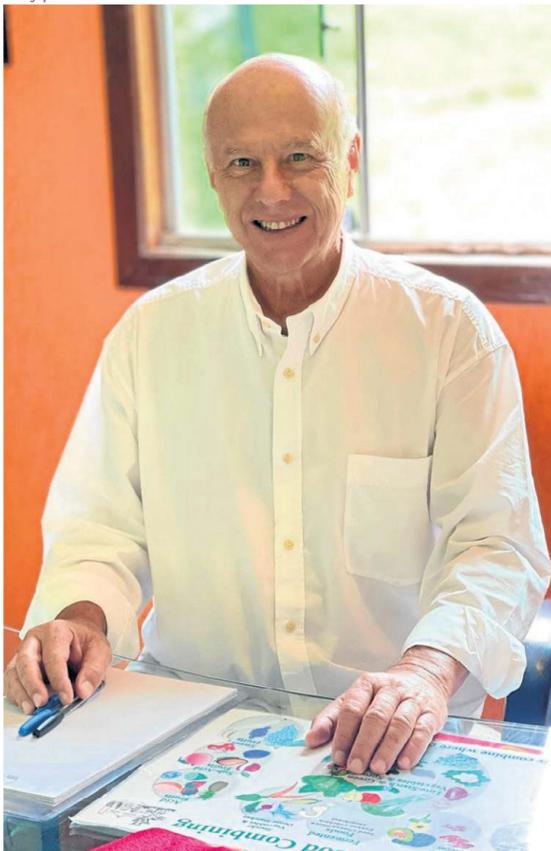
Considerado um lugar voltado a cuidados essenciais e de reencontro com a saúde por meio de terapias naturais, massagens e atividades físicas, o Bálamo Spa conquistou o brasiliense devido aos seus métodos disruptivos relaxantes. Neste ano, celebrando duas décadas de atuação, a marca é responsável por promover uma mudança de hábitos na vida dos seus clientes.

"Desde 2004, aprendemos e ensinamos os caminhos do bem-estar e adotamos a alimentação natural como princípio elementar para a conquista de uma vida com mais equilíbrio entre o corpo e a mente", destaca Pete Coe, nutricionista, naturopata e diretor do empreendimento.

Localizado no Lago Norte, há poucos minutos do centro da capital, o spa adota a filosofia da naturopatia, que tem como premissa o equilíbrio do homem com a natureza. Para isso, o Bálamo é cercado de 20 mil metros de natureza com muitas plantas nativas do cerrado, jardins, horta orgânica, piscina, sauna turca, solarium, rancho de atividades coletivas e lounges para descanso.

Para tornar a estadia completa, os visitantes contam com o apoio de uma equipe multidisciplinar, formada por profissionais de acupuntura, iridologia, ioga, pilates, dança, meditação, respiração, hidroginástica e alongamento. "Oferecemos também terapias corporais com o banho de argila, esfoliação com mel e sal grosso (gomage), além de várias técnicas de massagem", complementa o diretor.

Divulgação



Nessa abordagem do Bálamo, no que tange às terapias de saúde, Pete explica que, para os tratamentos, a naturopatia é adotada como carro-chefe da casa. Sabe-se que o termo diz respeito a uma forma de medicina alternativa

que busca obter a compreensão do corpo, mente e espírito da pessoa, conceito de sistema holístico que integra o ambiente.

Dietas naturais, suplementação nutricional, utilização de ervas medicinais, acupuntura,

Três perguntas para

Pete Coe, nutricionista, naturopata e diretor do Bálamo Spa

Como surgiu a marca?

O Bálamo Spa só surgiu depois de muitas experiências — umas bem sucedidas, outras não — na área de comunicação, que foi minha primeira formação acadêmica. Além disso, a ideia de trabalhar com saúde era um sonho desde criança, mas que a vida não favorecia. Tomei uma decisão drástica em busca do sonho, que foi o estopim para criação e mais uma necessidade de criar uma fonte de renda.

Quais os maiores desafios na atuação do Bálamo Spa?

São muitos, mas destaco se fazer entender, para a clientela, um conceito novo de saúde e, também, sincronizar toda a equipe com a ideia. O conceito de cuidar da saúde com a prevenção não é muito fácil de ser difundido, especialmente entre homens que preferem ou necessitam gastar a

saúde até o último suspiro. Mas cuidar do que temos de melhor e não remediar é uma poupança que a gente vai poder usar quando mais velho.

O que são as natuterapias do spa?

As natuterapias são baseadas nos elementos da natureza. No Bálamo, temos as terapias baseadas nos banhos de sol, onde há locais apropriados para isso, inclusive para as áreas genitais. Para a água, realizamos diferentes tipos de banho, como o banho de assento, que é uma técnica antiquíssima e supereficiente; o banho de imersão em ofurô; e, também, o de vapor, que é parecido com uma sauna, mas se distingue porque a cabeça do indivíduo fica para fora. Conseguimos obter um contato com a terra por meio de aplicação de argilas e, ainda, o método de breathing, com o auxílio da respiração profunda.

pessoas ficaram presas em suas residências. O ser humano tem um encantamento pela natureza, por meio de suas várias formas de manifestação — flores, pássaros e, até mesmo, a água que cai e que molha o solo", destaca.

Equilíbrio e a vitalidade

De acordo com Pete, o spa atendeu mais de 10 mil pessoas do Brasil e do exterior. O diretor indica que o método utilizado no Bálamo é conhecido em aspecto mundial. "Tenho uma amiga médica, de Brasília, que está nos Estados Unidos, frequentando um spa com a mesma filosofia e metodologia de trabalho", exemplifica.

Para o empreendedor, a riqueza do tratamento oferecido no seu spa está associada à possibilidade de encerrar uma mudança de hábito para conquistar equilíbrio e vitalidade, favorecendo o bem-estar e a saúde. "Não é uma coisa mágica. Precisamos de ferramentas e instrumentos para isso e, pela natureza e o contato com o verde, com a terra e com a respiração, conseguimos", indica.

Na avaliação de Pete, as pessoas estão acostumadas a recorrer à medicina tradicional sem analisar os sinais do próprio corpo. "Nossa ideia é respirar antes para ver o que está acontecendo. A sociedade está habituada a tomar remédios, mas ela precisa harmonizar o organismo como um todo. Precisa dormir bem, fazer exercício e tomar sol, por exemplo, senão, adoecemos. Por isso, nossa ideia é equilibrar o organismo como um todo", enfatiza.

TAGUATINGA 66 anos

Taguatinga é uma cidade rica em narrativas, costumes e sonhos, sendo reconhecida como um polo de possibilidades e desenvolvimento.

A Clube FM e o Aqui DF estarão elaborando conteúdos exclusivos para homenagear e comemorar o aniversário desta cidade tão estimada.

FAÇA PARTE DESSE PROJETO!

Aponte a câmera para o **QR CODE** e entre em contato



Realização:

