

## TRATAMIENTOS AYURVÉDICOS PERSONALIZADOS



**Si estas atravesando problemas de sobrepeso, trastornos digestivos (inflamación, acidez, constipación, disbiosis, etc), insomnio, ansiedad, alergias, hipertensión, cefaleas, problemas de circulación, asma y/o intoxicación alimentaria, tenemos programas de tratamientos personalizados. Consultanos.**

Te invitamos a vivir una experiencia de sanación profunda en la costa sur de Brasil. Nuestros programas ayurvédicos son tratamientos personalizados de desintoxicación y rejuvenecimiento, adaptados a las necesidades específicas de cada persona. La duración es flexible, con un mínimo sugerido de 3 días, según tus tiempos y posibilidades. Los tratamientos son dirigidos y supervisados personalmente por la Dra. María Nazaret Zorrilla, médica especializada en Medicina Ayurveda, quien acompaña todo el proceso terapéutico durante tu estadía.



INFORMES

**+5493704040502**

[info@retirosayurvedicos.com](mailto:info@retirosayurvedicos.com)



[www.retirosayurvedicos.com](http://www.retirosayurvedicos.com)



## EL LUGAR

BARRA - GAROPABA - SC - BRASIL

El tratamiento se desarrolla en el centro ayurvédico **Spa da Barra**, ubicado en praia da Barra da Ferrugem (Garopaba, Brasil). Un entorno natural, tranquilo y rodeado de verde, especialmente preparado para acompañar procesos de sanación.

El espacio cuenta con:

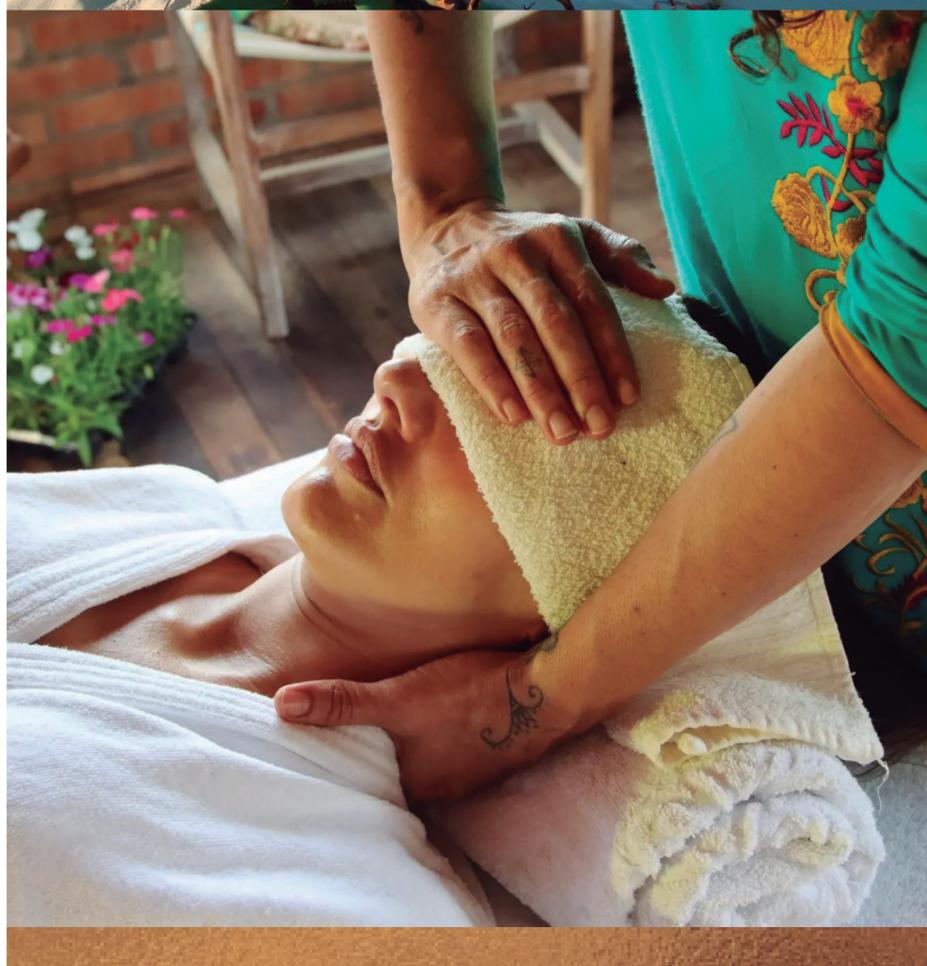
- Gabinetes para terapias
- Salón multiuso para clases y actividades
- Jardín y espacios de descanso
- Habitaciones individuales o dobles, con baño compartido.

El mar está muy cerca, accesible a pie (20 min), en bicicleta (12 min) o en auto (3 min). El camino está asfaltado y atraviesa una reserva natural hacia una de las playas mas lindas de la zona: Praia Da Barra. Un lugar ideal para reconectar con la naturaleza.

**SPA DA BARRA**

# ¿QUÉ INCLUYE EL PROGRAMA DE TRATAMIENTO?

- **CONSULTAS MÉDICAS** (inicio, seguimiento y cierre del tratamiento).
- **TERAPIAS AYURVÉDICAS**
- **PERSONALIZADAS** Abhyanga, shirodhara, shiropichu, shiroabhyanga, bastis, pindas, udwarthana, swedana, hidroterapia, fangoterapia, entre otras. También ofrecemos sesiones de osteopatía.
- **CLASES DIARIAS DE YOGA Y MEDITACIÓN** para todos los niveles.
- **ALIMENTACIÓN AYURVÉDICA DETOX** adaptada a tus necesidades.
- **ALOJAMIENTO** en habitación individual o compartida.
- **CHARLAS, TALLERES Y PASEOS A LA PLAYA.**
- **ACOMPañAMIENTO MÉDICO** online posterior al tratamiento presencial.



Todas las terapias son realizadas por terapeutas ayurvédicas altamente capacitadas, bajo la guía constante de la Dra. Zorrilla.

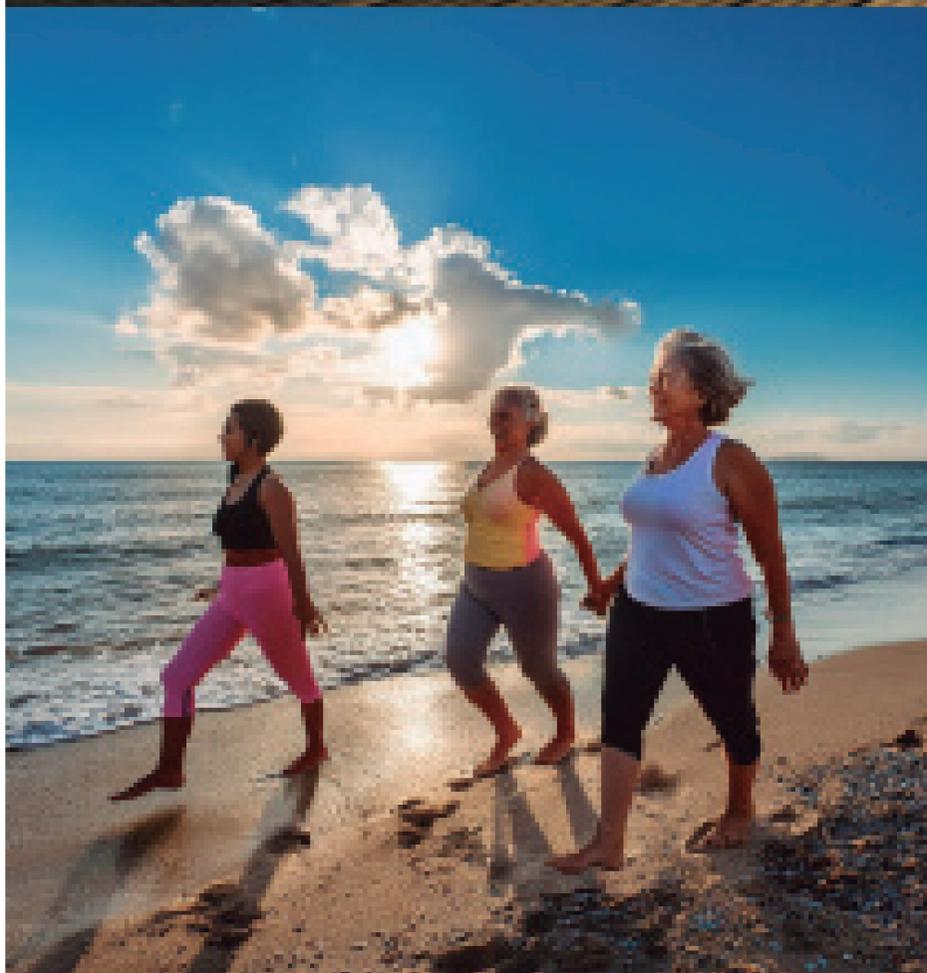




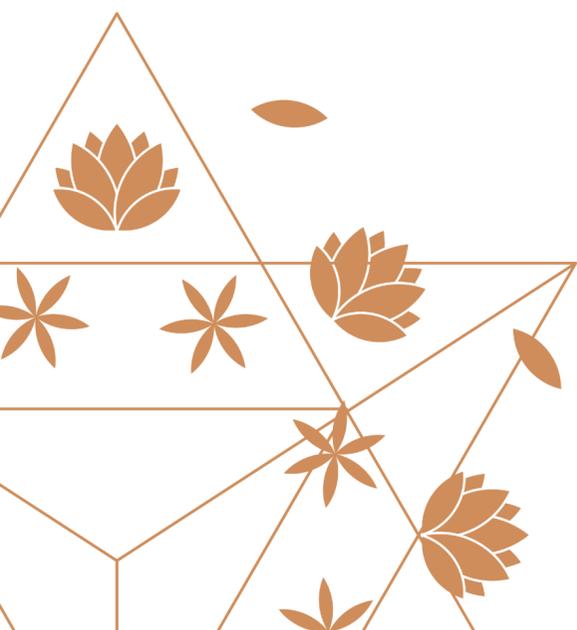
## ¿QUÉ PROBLEMAS DE SALUD SE PUEDEN TRATAR?

Con las terapias ayurvédicas pueden tratarse todos los problemas crónicos de salud, como: Sobrepeso, problemas digestivos (inflamación, acidez, constipación, disbiosis, etc), insomnio, ansiedad, alergias, hipertensión, cefaleas, trastornos de la circulación, asma, intoxicación alimentaria, entre otros.

Ideal para hacer solo o acompañado este programa puede realizarse de manera individual o junto a familiares, pareja o amistades. La capacidad máxima es de 7 personas. También se reciben niños/as, que pueden alojarse sin realizar el tratamiento, siempre bajo el cuidado de un adulto.



[www.retirosayurvedicos.com](http://www.retirosayurvedicos.com)



# ALIMENTACIÓN CONSCIENTE Y ADAPTADA

La propuesta culinaria sigue los principios del Ayurveda para tratamientos de desintoxicación, con preparaciones sabrosas, equilibradas y libres de ingredientes dañinos como: carnes, harinas refinadas, azúcares blancos, ultraprocesados, embutidos, alcohol, colorantes o conservantes.

Los menús se adaptan a las necesidades digestivas y a las intolerancias alimentarias de cada persona.

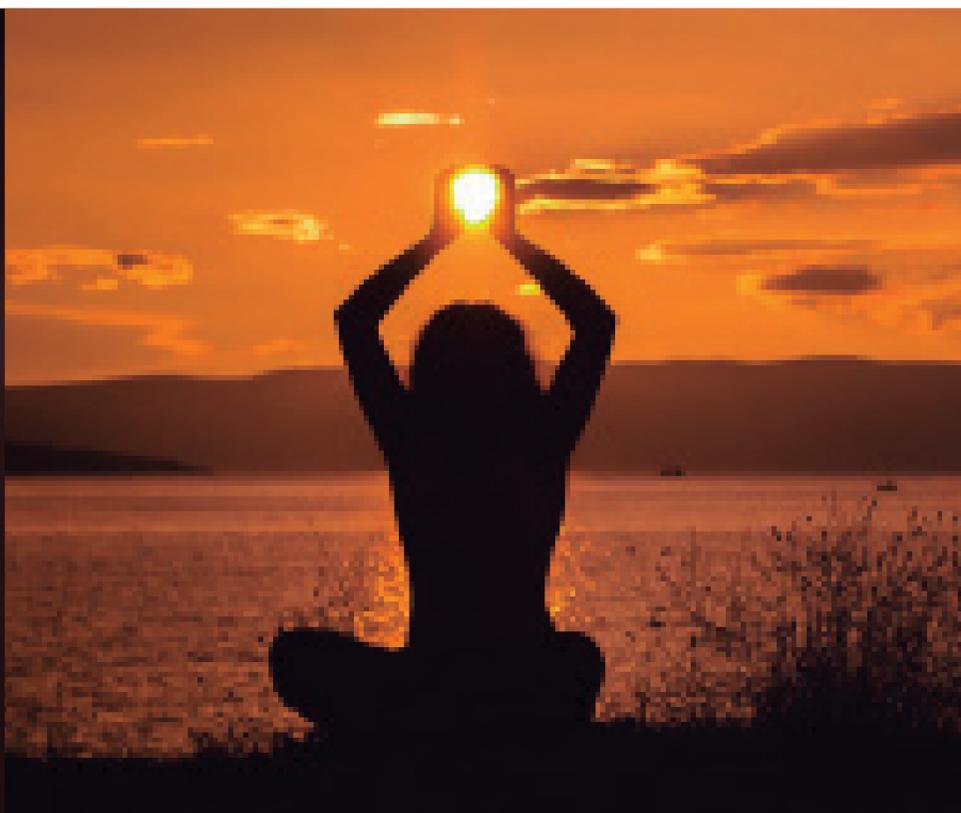
Incluyen ingredientes naturales: legumbres, vegetales, frutas, cereales integrales, huevos, frutos secos, semillas, especias e infusiones. Se sirven desayuno, almuerzo y cena, con frutas e infusiones disponibles durante el día.



**DRA. MARIA ZORRILLA**  
**INSTAGRAM: @dra.maria.zorrilla**

/ Médica de familia. Especializada en Ayurveda en la Universidad Maimónides de Buenos Aires y en la Dev Sanskriti University de Haridwar (India). También especializada en Homeopatía (AMHA) y Fitoterapia.

/ Dirige el centro médico ayurvédico "Ayurveda Formosa" en la ciudad de Formosa, Argentina, ofreciendo tratamientos médicos individuales, retiros y talleres de Ayurveda.





## FECHAS & DISPONIBILIDAD

- Los tratamientos están disponibles todos los años entre diciembre y mayo. Podemos diseñar un programa a tu medida, en función de tu disponibilidad y situación de salud.
- La duración del tratamiento se adapta a las necesidades y posibilidades de la persona, teniendo una duración mínima de 3 días y máxima de 21 días.
- Regalate una pausa, cuidá tu cuerpo y mente, y reconecta con tu bienestar en un entorno natural y amoroso.

**Para más información o reservas, no dudes en contactarnos.**



[www.retiroseyurvedicos.com](http://www.retiroseyurvedicos.com)

# CONSEJOS ÚTILES PARA VIAJAR A GAROPABA

## OPCIONES DE TRASLADO

Recordando que el precio del Retiro

### NO INCLUYE TRASLADO

Te brindamos algunas opciones de empresas que han sido utilizadas con éxito por nuestros visitantes.

**ATENCIÓN:** El viaje en avión u ómnibus hay que hacerlo con DESTINO hasta Florianópolis.

## OPCIONES EN AEROLINEAS

**Desde Bs. As:** Aerolíneas Argentinas, Gol, Tam, Flybondi Desde Asunción: Gol, Tam

**Desde Montevideo:** Gol, Latam, Sky airlines, Aerolineas Argentinas, Azul.

**Desde Asuncion:** Gol, Latam, Sky airlines, Aerolineas Argentinas, Azul.

## EN EMPRESAS DE OMNIBUS

**Desde Bs. As:**

Pluma / JBL (contacto para consultar promociones:

+549 11 68710111)

**Desde Asunción:** NSA, Pluma, Catarinense

**Desde Montevideo:** Empresa TTL

## EN AUTOMOVIL

En caso de ir en auto puede contactarnos para que le de-mos consejos sobre las mejores rutas para llegar al lugar.

/ Si viajas en avión, los vuelos llegan al aeropuerto de Florianópolis, y desde allí son aprox. 80 km hasta el Spa Da Barra, que demandan 1 h 30' de viaje.

/ Si viajás en OMNIBUS, dependiendo de la empresa, podés descender en Araçatuba (5 km de Spa Da Barra).

## PROVEEDOR RECOMENDADO PARA EL TRASLADO FLORIPA - GAROPABA

Llevándote a donde quieras ir con la seguridad y el compromiso que necesitas **WhatsApp**

[wa.me/5548991893029](https://wa.me/5548991893029)



[www.retirosayurvedicos.com](http://www.retirosayurvedicos.com)

INFORMES

**+5493704040502**

[info@retirosayurvedicos.com](mailto:info@retirosayurvedicos.com)