

**докторант ТЕОДОРА РИЗОВА**

**ЮГОЗАПАДЕН УНИВЕРСИТЕТ „НЕОФИТ РИЛСКИ“, БЛАГОЕВГРАД**

## **ОТНОСНО ПРИЛОЖЕНИЕТО НА СПА – ТЕХНОЛОГИИТЕ В ТУРИЗМА**

### **REGARDING THE IMPLEMENTATION OF SPA TECHNOLOGIES IN TOURISM**

**PhD Student TEODORA RIZOVA**

**SOUTH-WEST UNIVERSITY “NEOFIT RILSKI”, BLAGOEVGRAD**

**Abstract:** Contemporary SPA centres offer an increasing amount of services to the customers. Those services are so multifold and highly varied that include a diversity of medicine, beautician, aesthetic and hairdresser's procedures and preoccupations, presented to the customers as a sample products or as a profiled and specialized packages or programs.

**Key words:** SPA tourism, SPA centres and services, basic trends

Изминалите десет години от развитието на СПА индустрията в България бяха белязани от бурен растеж. Спорно е дали има друг сектор, развил се с подобен темп и насочен към диверсифициране на туристическия продукт, удължаване на сезона и привличане на по-платежоспособни туристи. При все това, особено актуален остава въпроса за същността на СПА туризма.

#### **Общи тенденции в развитието на СПА концепцията и туризма**

Широко разпространената дефиниция на термина СПА го представя като абревиатура на латинския израз „SANUS PER AQUAM” или „Здраве чрез вода”. Концепцията за СПА туризма има своите корени в Древността, когато старите цивилизации опознали и започнали да използват лечебните свойства на водите. За да се достигне до етапа, при който СПА центровете се наложили като важна част от социалната структура на обществото. Факт е, че както цивилизацията, така и СПА центровете се развивали през вековете и всяка древна култура ги използвала по собствен и уникален начин. Подходящ пример в тази посока е най-стария СПА

център, запазен и до днес, се намира в Мерано, Италия.

С бързото развитие на туристическата наука и практика, с динамичното утвърждаване на туристическата индустрия в света и особено в Европа и новите потребности на пазара, туристическият бизнес се ориентира към по-широко използване на природните минерални водни ресурси, културно-историческите, социалните и икономическите ресурси. В резултат на тези въздействия СПА туризмът се превръща в самостоятелен комплекс (пакет) от услуги за възстановяване на физическите и психологическите човешки потребности, превръща се в самостоятелна “индустрия”, част от туристическия отрасъл.

Факт е, че понятието СПА е широко навлязло в научната терминология в много от водещите туристически страни (Франция, Великобритания, Япония, а отскоро и в Русия). В тълковния речник Уебстър СПА курорт е курорт с минерални бани, минерален източник, оздравителен център, в който се правят водни бани и хидромасаж. При все това произходът на думата си остава спорен. В теоретичните разработки понятието „СПА-туризъм” се интерпретира в тесен смисъл като комплекс от услуги с

водолечение (лечение с вода) и услуги за възстановяване и укрепване на здравето на хората в специализирани хотели и центрове, чрез специализирани съоръжения и форми на услугите и заплащането им от клиентите<sup>1</sup>.

При изграждането на СПА концепцията трябва да се използват предимствата, с които България разполага и да се вгражда в нея това, което е най-типично и уникално, като се съчетава с местните традиции и култури. Още повече, че в последните години се наблюдава тенденция за съчетаване на масовия морски и зимен туризъм със СПА туризъм, като наличието на СПА услуги е определящ мотив при избора на туриста. При все това, у нас, към момента няма цялостни изследвания и специализирани анализи в областта на СПА и Уелнес туризма. Установяват се разработки по отделни проблеми и ясно се очертава необходимостта от методологически фундамент, който да подпомогне по-нататъшното му развитие и усъвършенстване. Ето защо са актуални въпросите за комплексен анализ на СПА и Уелнес туризма в България на национално и регионално ниво и изследване на проблемите на конкурентоспособността на туристическите предприятия.

Съвременните СПА-центрове на хотелите предлагат на потребителите голям избор от услуги. Тези услуги се записват в менюто на всеки обект. СПА-услугите се подразделят на фризьорски услуги, естетически и козметични грижи и медицински и козметологични процедури, които образуват основата на дейността на всеки СПА-център. Тези услуги могат да бъдат предоставяни поотделно, но най-често се обединяват в пакети и програми.

### **Базови услуги и процедури**

*Процедурата* е завършено действие, което предполага използването на

определени професионално отработени техники, строга последователност, условия и време за изпълнение (дозировка). Условно можем да отбележим подготовителни, базови и допълнителни СПА-процедури.

**Подготвителните процедури** предшестват повечето базови процедури и грижи и се състоят в подготовка на кожата на лицето и тялото за най-ефективно въздействие на препаратите. Към тези процедури се отнася прилагането на различни пилинги за тяло с включване на специални препарати (фитопрепарати, етерични масла, морска сол). **Към базовите СПА-процедури** се отнасят: водни процедури с прясна вода (хидропатия), балнеотерапия (прием на минерални вани), таласотерапия (използване на морска вода и климат), термални процедури, масаж<sup>2</sup>.

*Водните процедури* са популярни, както и преди, и влизат в повечето СПА-програми. Използването на прясна вода за лечение и подобряване на здравето с помощта на различно оборудване е получило названието хидропатия. В СПА-програмите от тази група процедури най-голямо разпространение получиха подводният масаж, душ Шарко, циркулярен и възходящ душ. Прилагат се също душ Виши, шотландски душ, душ тип ветрило, иглест и съвсем екзотичен (душ с впечатления и пр.). Понякога душовете се комбинират с музикални и светлинни ефекти в специално оборудвани стилизирани помещения.

*Балнеопроцедури* – прием на вани с минерална вода (естествена и изкуствена). Според обема на въздействие се различават общи, полувани и местни вани. В СПА-програмите се използват вани с постепенно повишаване на температурата, студени и топли вани за крака, вани за ръце, седящи вани, газови вани, перлени вани, сухи вани и пр. Важно е, че прилагането на вани в СПА-

<sup>1</sup> Reinhard Bergel, Hannelore Leavy, The SPA Encyclopedia, 2003, стр-5-15

<sup>2</sup> Караколев, Д., Основи на балнеолечението, София, Медицина и физкултура, 1984 г., сс.97

програмите често се съпровожда с методи за релаксация, за които се използват светлинни ефекти, елементи от хидромасажа, ароматерапия. Освен за вани, минералните води много често се използват в специални басейни с използване на различни хидроелементи.

*Таласотерапия* – комбинирано въздействие на солена морска вода, лечебна кал, морски въздух и водорасли по време на пребиваването в морски курорти. Сега са достъпни за използване и разнообразни специално приготвени препарати, позволяващи да се провежда таласотерапия извън курортите.

Въздействието на различни температури върху организма също се отнася към популярните базови СПА-процедури. В СПА-програмите се използват както топлинни процедури, так и криопроцедури. *Топлинните процедури* се основават на въздействието със суха и влажна топлина, на пара, а също на тяхното съчетаване с други видове въздействия (с вода, с аромати, със светомузика и ефекти). Към тази група се отнасят всички видове бани и термални комплекси, а също процедури на суха флотация. От балнео процедурите широко се използват традиционна финска сауна, руска парна баня, турска баня – хамам, а също други по-малко разпространени термопроцедури: суха терма (с температура около 65°C и ниска влажност), напарване при ниска температура (37–39°C), но при висока влажност, инфрачервена сауна, пясъчни вани. Процедурата на суха флотация се състои в топлинно въздействие върху тялото без контакт с водата на специални термокушетки (софтпаки), които се подгръват от намиращата се в тях вода. Още един вариант на термопроцедури е фитосауната (кедрова бъчва), в която се използва гореща пара и растителни съставки. Топлинното въздействие може да се осъществява и по локален път с прилагане на глина, кал, парафин, озокерит в различни варианти. *Криопроцедурите* се

основават върху използването на понижени температури, чрез които се постига болкоуспокояващ и противовъзпалителен ефект. Обаче в СПА-програмите охлаждането се използва основно за постигане на трениращ ефект в съчетание с топлинни въздействия под формата на ледена пещера, леден душ и обикновен сняг. Промислено се произвеждат и синтетични криопакети за локално въздействие<sup>1</sup>.

*Масажът* се отнася към най-популярните СПА-процедури. Известни са руската, финландската, шведската и източната школи за масаж. Руската школа има отчетлива медицинска насоченост и използва основно техниките на поглаждане, размачкване и разтриване. Финландската школа предвижда предимно приемите на разтриване с възглавничките на големия пръст. Шведската школа набляга на разтягане на мускулите и нервно-съдовите снопчета и на разтриване на уплътнените тъкани. Както шведската, така и финландската школа препоръчват масаж на крайниците в обратна на руската система последователност и не осигуряват дренажен ефект. Източната школа за масаж предвижда такова въздействие върху мускулите (при това не само с ръце, но и с крака), което осигурява тяхното освобождаване от венозна кръв и придава гъвкавост на ставите.

Съществуват голям брой разновидности на масажа: спортен, лечебен, хигиенен, козметичен, релаксационен, енергетичен, отличаващи се по своите техники и ефекти. Различават се следните форми на масаж: общ, локален, самомасаж, парен масаж, взаимен масаж. В зависимост от начина на изпълнение се различават също различни методи за масаж: ръчен, комбиниран, масаж с крака, апаратен масаж.

---

<sup>1</sup> Цит. изт.

Въпреки достатъчно добре отработените техники, в масажа, както в никоя друга процедура, се проявява авторският компонент и индивидуалността на изпълнителя. Предназначението на масажните процедури в СПА е достатъчно широко: мускулна и психологическа релаксация (руски, шведски и финландски масаж, шиаци), реабилитация, работа с дълбоките тъкани (ендермологичен масаж, лимфодренаж), общоукрепващо и имуностимулиращо въздействие (акупунктурен масаж, аюрведичен масаж), въздействие и енергетичен обем (цигун, ломи-ломи, рейки, тайски масаж), усилване на ефективността на козметичните препарати (ароматерапевтичен масаж). Както и другите СПА-процедури, масажът в СПА се отличава от обикновеното медицинско или оздравително правене на масаж преди всичко с особената си атмосфера и висококачествените си компоненти (кремове, масла и пр.).

#### **Допълнителни процедури и услуги**

Освен базовите, съществуват също значителен брой **допълнителни СПА-процедури**, които влизат в програмите като компоненти, допълващи основните процедури. Към тях на първо място трябва да отнесем обвиването (загръщането) и апликацията. **Обвиванията** биват няколко вида: сухо, влажно (с използване на платна, напоени с водни разтвори), обвиване на тялото с водорасли, с кал, с шоколад и пр. Тук може да бъде отнесена и сенотерапията (обвиване със сухи алпийски треви); тя може също да се приложи и под формата на вани със сено. **Терапиите**, за разлика от обвиванията, предвиждат налагане на активен материал върху локален участък от тялото. Различаваме терапии с кал, фанго (вулканична кал), с шоколад, с парафин и пр. Както обвиванията, така и терапиите обикновено се прилагат в комплекс с други СПА-процедури, но могат да се използват и самостоятелно. Към същата

група от допълнителни процедури можем да отнесем **обтриванията** (въздействие върху кожата със студена вода или с разтвори с ароматни компоненти), **обливанията** (обливане на отделни части от тялото с охладена вода), **разтриванията** (разтриванията на отделни части на тялото с ленен плат, напоен със студена вода).

**В СПА-програмите** доста често се включва и **фототерапията** – използване на естествени или изкуствени източници на светлина с лечебно-профилактични цели. Естественото слънчево облъчване (хелиотерапията) е неотменна част от курортните СПА. Изкуствено моделираната слънчева светлина се постига с помощта на различни солариуми. В СПА-обектите обикновено използват специални професионални солариуми (не по-малко от 28 лампи, с климатик, електронен таймер и светлинна индикация). Различаваме едно- или двустранни солариуми, вертикални или хоризонтални. В редица конструкции допълнително се предвижда въздействие с музика и аромати. В медиСПА широко се прилага светлинно въздействие с лазери за лечебни цели. Друг неотменим елемент на повечето СПА-програми е **ароматерапията** (въздействие с аромати с лечебно-оздравителна цел). За основа служат различни етерични масла, проникващи в организма през кожата (при прием на вана и масаж), по дихателен път (при разпръскването им във въздуха или посредством инхалации) или при вътрешен прием. Известни са повече от 400 вида етерични масла, най-популярни са маслото от лайка, олеандър, бадем, невен, чайно дърво, розмарин. Тяхнотоприложение предизвиква положителни емоции, отпуска и оказва антистресово въздействие. Прилагането на различни ароматни масла лежи и в основата на методиките, базирани върху традициите на Аюрведа.

**В своето разнообразие, СПА-процедури оказват комбинирано**

**въздействие.** То се ретранслира върху организма посредством специализирано оборудване. С най-голяма известност се ползват различни капсули, както сухи, така и с прилагане на водни процедури. Всяка капсула има асортимент от програми за въздействие и позволява достатъчно индивидуално да се подхожда към всеки клиент.

### **Нетрадиционни практики при СПА туризма**

Освен гореизброените, в СПА-програмите активно се използват услуги, базирани на методите на **нетрадиционната медицина** и националните оздравителни традиции, а също и някои редки видове въздействия. Към тази група трябва да отнесем, преди всичко, рефлексотерапията – въздействието върху биологично активни точки по различен начин: с пръсти, с игли, с цигари, с лазер, с магнитно излъчване и пр. с цел получаване на ефект от органите-мишени. Доста популярен стана през последните години *шиацу* – метод от древната японска медицина, базиран на натиск с пръсти по особен начин върху определени точки. Тук се отнасят такива методи за въздействие като рейки, еквилибропатия, масаж Чи Неи Цанг (масаж на вътрешните органи от коремната кухина) и др<sup>1</sup>.

*Стоунтерапията* е релаксираща процедура, в която се използват нагрят и или охладени гладки камъни, в резултат на което се получава своеобразен «каменен» масаж.

*Винотерапията* е използване на натурални продукти от лозарството под формата на вани, обвивания, маски и масажи за лечебно-оздравителни цели.

*Музико- и хромотерапията* са прекрасно допълнение към основните СПА-процедури като въздействието се засилва чрез органите на слуха и зрението.

Често в качеството им на допълващи процедури се използват различни системи от *физически упражнения*, сред които аеробика, йога, цигун и пр.

Трябва да се отбележи и достатъчно обширното и самостоятелно направление в СПА, което се отнася към **козметологията**.

Козметичните техники под формата на различни процедури и грижи за лицето и тялото са много популярни сред клиентите от най-различни категории. Даденото направление предвижда оборудване на специални козметични кабинети и избор на определени козметични препарати (козметични линии). Е. Богачева отбелязва следните категории козметични продукти, които се използват в СПА: козметика за комплексни грижи за лице (лечебна и поддържаща); козметични и парафармацевтични продукти за тяло (таласо-, балнео- и ароматерапия); козметика за кожата на ръцете и краката (СПА-маникюр, СПА-педикюр); средства за коса и кожата на главата; защитни средства против слънчево изгаряне; козметични линии за грижа в домашни условия.

Във връзка с това, че на пазара за козметика работата се организира посредством формиране на брандове, СПА-обектите използват различни подходи за внедряване на козметични направления: или избират един водещ бранд за всички услуги, или използват мултибрендов подход. При избора на козметични средства трябва да изхождаме от направлението и концепцията на СПА-обекта, от спектъра на допълнителните услуги, от целевата клиентела, от онова, което предлагат конкурентите, от ориентацията към природни съставки, от хипоалергенността, от екологичната чистота.

Отделно разглеждане заслужава **СПА-храненето**. Това е свързано с факта, че често пребиваването в центъра е продължително, а в случай на дей-СПА клиентите могат да дойдат

<sup>1</sup> Драчева Е.Л., Лечебный туризм, КноРус, 2008 г., сс.34

гладни след работа. Чувството на глад може да възникне и във връзка с физическите натоварвания, и с жаждата след редица процедури. Разбираемо е, че за постигането на търсения ефект от процедурите не е безразлично, с какво и как се храни клиентът. Освен това, самият процес на хранене може да доведе до множество положителни емоции. Специалистите от Гилдията на СПА-индустрията разработиха концепция на СПА-храненето. «8 О»<sup>1</sup>:

1) „органика“ – използване на натурални продукти без консерванти, натурални елементи в обработката и в съдовете за хранене;

2) „усещания“ – трябва да се стремим към усещания в съответствие със законите на природата (умереност, съчетаване на температурите, запазване на естествения вкус), затова се отказваме от сосове, ароматизатори и пр.;

3) „оптимизация“ – баланс на храненето и натоварванията;

4) „оздравяване“ – отчитане на лечебните свойства на продуктите, съблюдаване на ритуала на пиене;

5) „подмладяване“ – използване на хранителни добавки;

6) „очистване“ от шлаки (сокове, тревни комбинации);

7) „обучаване“ на правилен набор от продукти и тяхното приготвяне, на график за прием на храна, на ритуали;

8) „обединяване“ с други СПА елементи.

Всеки СПА-център предлага на своите клиенти определено **меню** – набор от процедури и грижи, групирани в пакети и тематични програми, с указания за времето на провеждане, с описание на характера на процедурите и използваните козметични средства, а също и на стохността. При съставянето на менюто се отчита концепията на конкретния център, наличието на оборудване, изборът на козметични линии, възможностите на персонала. За

целта може да се приведе пример с менюто на един от най-новите СПА-центрове в Италия – Терме Сенсориале в курорта Кянчано Терме<sup>2</sup>, включващ процедури като „Сладко блаженство“ (2 дни): 1 термална процедура сензитивна; 1 термално таласобаньо с кални бани; 1 релаксиращ масаж с етерични масла; 1 термална овлажняваща процедура на базата на тръстикова захар; 1 термална подхранваща маска на базата на акациев мед. Цена 188 евро; „Релаксиращ уик-енд“: 2 сензитивни процедури „Релаксиращи“; аюрведичен масаж; shirodhara. Цена 189 евро; „Енергетичен уик-енд“: 2 сензитивни процедури „Енергетични“; масаж шиаци; термални процедури на базата на вино или шоколадотерапията. Цена 202 евро; „Емоционален уик-енд“: 2 сензитивни процедури „Уравновесяващи“; цветна терапия на Бах с биорезонанс; ароматерапевтичен масаж на базата на етерични масла. Цена 203 евро; „Хармония уик-енд“: изследване и възстановяване на енергетичния баланс посредством пранотерапия и звукови вибрации; 2 сензитивни процедури „Уравновесяващи“; термални процедури на базата на вино или шоколадотерапия. Цена 259 евро; „Уравновесяващи процедури (3 дни)“: 3 сензитивни процедури „Уравновесяващи“; енергетично уравнивяване на организма; термални процедури с акациев мед; термална програма за лицето; релаксиращ масаж. Цена 294 евро; „Процедури за повишаване на тонуса (3 дни)“: 3 сензитивни процедури „Енергетични“; рефлексотерапия plantare; ароматерапевтичен масаж на базата на етерични масла.; термални процедури на базата на вино или шоколадотерапията. Цена 299 евро; „Очистителни шлакоотвеждащи процедури (3 дни)“: 3 сензитивни процедури „Шлакоотвеждащи“; тест на непоносимост към хранителни продукти

<sup>1</sup> Здоровый интерес // Турбизнес, 2007 №3

<sup>2</sup> SPA Guide, Ministerio de comercio y turismo.Secretaria general de turismo/ Turespana

на основата на биорезонанс + консултация с експерт по натуропатия; *Disbiosi intestinale*. Цена 327 евро; *Процедури за отслабване и моделиране на тялото (3 дни)*: 3 сензитивни процедури „Шлакоотвеждащи”; *Odor test* (диета без пресмятане на килокалории) + консултация с експерта по натуропатия; *Disbiosi intestinale*. 2 „8-plus” – антицелулитни процедури. Цена 397 евро; *Блаженство (4 дни)*: 3 сензитивни процедури „Релаксиращи”; 4 противоболкови процедури (пранотерапия и *majobustione*). Цена 261 евро; *Очистителни шлакоотвеждащи процедури (4 дни)*: 4 сензитивни процедури „Шлакоотвеждащи”; термални процедури на базата на вино или *Lulur* (плодове, подправки, йогурт); ароматерапевтичен масаж на базата на етерични масла; аюрведичен масаж; *Stone*-масаж за лице. Цена 382 евро; *Моделиращи процедури (6 дни)*: 6 сензитивни процедури „Моделиращи”: 3 „8-plus” – антицелулитни процедури; 2 термални процедури за повишаване еластичността на гърдите и гладкостта на кожата; 2 термални процедури за намаляване на корема; тонизиращ масаж на цяло тяло. Цена 693 евро.

Освен описаните вече СПА-технологии, в менюто могат да бъдат включени консултативно-диагностични услуги, услуги, свързани с храненето, козметични продукти, предлагани за

домашна употреба при отделно заплаване. Клиентът след консултация със специалисти от центъра може да избере отделна процедура, пакет или сформирана програма.

Интересен е фактът, че все повече млади хора ползват СПА процедури. В България над 150 хил. души годишно ползват СПА услуги, но този вид туризъм не е разгърнат докрай<sup>7</sup>. По данни на агенция „Ноема” през 2011 г. СПА туризмът се нарежда на второ място след морския туризъм по степен на практикуване от страна на чуждите туристи, посетили България<sup>8</sup>, с дял от 30,8 %.

### **Заклучение**

В общ план следва да се отбележи, СПА технологиите в нашите центрове трябва да бъдат включени в световните туристически каталози чрез многобройни участия на браншовите туристически организации и асоциации в организирането и провеждането на международни, национални и регионални мероприятия в областта на здравния туризъм, тъй като България със своя огромен потенциал има уникалния шанс да се превърне в една от най-търсените дестинации за хора, търсещи здраве, профилактика и възстановяване на силите след умора и стрес.

### **Използвана литература:**

1. Reinhard Bergel, Hannelore Leavy, *The SPA Encyclopedia*, 2003
2. Караколев Д., *Основи на балнеолечението*, София, Медицина и физкултура, 1984, с. 97
3. Бавнун В.С., Панин Е.Л., *Оздоровительные технологии в курортном деле* АлтГТУ, 2004
4. Драчева Е.Л., *Лечебный туризм*, КноРус, 2008 г.
5. *Здоровый интерес // Турбизнес*, 2007 №3
6. *SPA Guide*, Ministerio de comercio y turismo. Secretaria general de turismo/ Turespana
7. Сп. *Здравен туризъм // 2001/2002*
8. [www.travelguide-bg.com/news/news.php?id.=4165](http://www.travelguide-bg.com/news/news.php?id.=4165)
9. [www.tourizm.government.bg/files/statistics/file\\_56bg/slaide](http://www.tourizm.government.bg/files/statistics/file_56bg/slaide) 13