

NÚMERO 335  
MENSAL  
FEVEREIRO 2023

# Saúde



**E BEM-ESTAR**

**TER CANCRO**  
NÃO SIGNIFICA ABDICAR DO  
SONHO DA MATERNIDADE

**TRANSTORNOS  
INTESTINAIS**  
CUIDADOS PARA  
EVITAR MALES  
MAIORES

**ALIMENTOS  
FUNCIONAIS**  
O QUE SÃO  
E PARA QUE SERVEM?

**TODAS AS  
DIFICULDADES  
SEXUAIS  
TÊM TRATAMENTO**

**FISIOTERAPIA PÉLVICA: SABE O QUE É?**  
**SEXUALIDADE E GRAVIDEZ: DÚVIDAS E MEDOS**



## Perder gordura controladamente

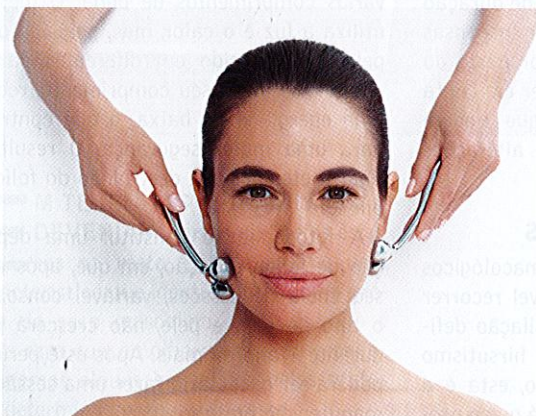
A par dos suplementos alimentares, a cosmética instrumental de última geração da Thalgo oferece propostas eficazes para combater as gorduras localizadas, numa ação sistémica de ergonomia e eficácia. A radiofrequência unipolar com o TH50, a sudação com Sudatonic, a refirmação com Wraptonic e ação de óleos essenciais ou o Body Palp, que atua em modo palper-rouler e vácuo, são algumas das propostas. O uso de suplementos alimentares em casa é uma boa ajuda na queima de gorduras em excesso. A



par do incontornável Activ Détox, o recurso ao Activ Minceur Brûleur é um auxiliar na gestão do peso. Suplemento alimentar à base de algas e plantas, com o reforço da cafeína, requer a toma de uma cápsula diária em períodos de 30 dias.

## Face Fitness: inovação Thalgo

Face Fitness consiste em trabalhar os músculos do rosto, assim como se atua nos músculos de outras áreas do corpo. Há quase 20 anos, a Thalgo, precursora do Face Fitness em Estética, criou a massagem Energilift. Esta massagem exclusiva trabalha os músculos do rosto e do pescoço em profundidade. Em 2022, desenvolveu o Roller Face Fitness, um rolo de massagem exclusivo desenvolvido para maximizar a eficácia do protocolo



profissional Silicium Lift. A sua ergonomia permite a estimulação mecânica das diferentes estruturas da pele a nível dérmico, muscular e vascular. Graças à combinação de silício marinho e do Roller Face Fitness, a nova linha cosmética Thalgo Silicium Lift torna-se mais do que uma simples gama, apresentando-se como um verdadeiro arquiteto de cuidados da pele.

## Segredo da longevidade da Sardenha chega a Portugal

A Soha Sardenia nasceu da vontade dos seus fundadores de oferecer ao mundo a natureza e a forma de viver da Sardenha, uma das cinco zonas azuis do mundo, ou seja, um dos locais do globo onde a população vive mais anos. Giovanni Pisu e Andre Baradat criaram, em 2017, uma marca de alta cosmética, natural, sensorial e eficaz. Soha Sardenia já está presente em mais de 700 farmácias em Itália e chega agora a Portugal. Todos os produtos da marca possuem entre 93,3% e 99,9% de ingredientes naturais, inspirados em diferentes elementos da natureza, que potenciam tanto a sua sensorialidade como a ação na pele.



Todos os ingredientes funcionam em harmonia entre si, de acordo com os mais recentes avanços da dermocosmética e com formulações de eficácia comprovada.

## Gama para as epidermes mais sensíveis

Em 2023, A SVR completa a sua gama para a pele mais frágil. Desde a limpeza à hidratação, SENSIFINE suaviza, hidrata, cuida e mimia durante cada passo da rotina de beleza. Qual o segredo? Fórmulas com apenas 8 a 13 ingredientes: ingredientes ativos eficazes, selecionados pelos seus dermatologistas e cosmetologistas; testadas em pele sensível e alérgica; e 95% de ingredientes de origem natural.



## The Ritual of Namaste Nova gama de rosto ecológica e consciente

A Rituals Cosmetics acaba de introduzir uma nova e melhorada rotina de cuidados de rosto, ecológica e consciente. A coleção The Ritual of Namaste é produzida com ingredientes de origem natural e foi especialmente desenvolvida para combater os primeiros sinais de envelhecimento. Esta coleção de alta performance proporciona resultados comprovados através de testes de eficácia rigorosos com um painel de consumidores.

