

prevenir*



MÁRIO CORDEIRO, PEDIATRA

«HÁ TEMPO PARA
A FELICIDADE
SE QUIERMOS»

PÁG. 88

TECNOLOGIA

O QUE ESTÁ
A MUDAR
NA SAÚDE

PÁG. 30

PLANO DE 7 DIAS DIETA NÓRDICA

✓ BOA PARA
O CORAÇÃO

✓ AJUDA A PERDER
E A MANTER O PESO

**COACH
ENSINA
ACREDITE
MAIS EM SI**

PÁG. 64

Cuca Roseta
Fadista

5

RECEITAS
DE LILLIAN
BARROS

deliciosas!

VARIZES
GUIA PARA
PREVENIR
E TRATAR

**ACNE DEPOIS
DOS 30**
AS CAUSAS QUE
NEM IMAGINA

SAÚDE ORAL
GRANDES
AVANÇOS
DA CIÊNCIA



5 607727 060581

00161

MEDICINA ANTIENVELHECIMENTO É PARA SI? PÁG. 44

* beleza saudável

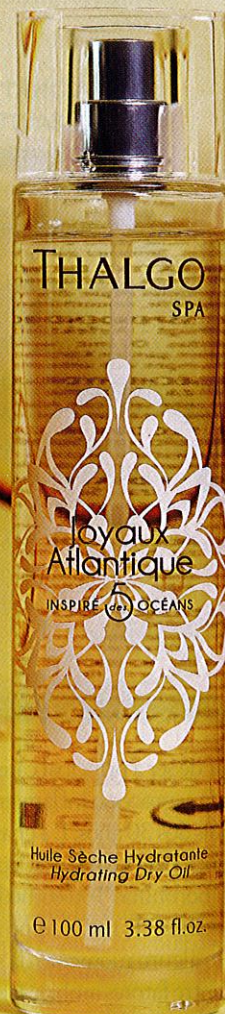
{ COSMÉTICOS + CIRURGIA PLÁSTICA + DERMATOLOGIA }

MULTIFACETADOS

Peles cansadas, desidratadas ou envelhecidas pedem nutrição, hidratação duradoura e suavidade. Os óleos têm todos estes atributos, coroados por aromas agradáveis, e permitem uma experiência sensorial relaxante graças à sua textura única. Muitos são "multifacetados", aptos para serem usados no corpo, cabelo e rosto; outros têm uma ação rápida, podendo ser aplicados pouco antes de se vestir, uma vez que são secos ao toque; e há fórmulas que ajudam a melhorar a aparência de cicatrizes e estrias. Experimente.

Loyaux
Atlantique
Thalgo Spa
€46,20
(100 ml)

Wonder Oil
Organic
Shea Butter
Dr. Organic
€14,99
(150 ml)



Óleo
Especializado
no Cuidado
da Pele
Bio-Oil
€29,99
(200 ml)



*** ONDE COMPRAR**
DR. ORGANIC: lojas
Celeiro e em celeiro.pt
THALGO: institutos, spas
e em www.lojathalgo.com
BIO-OIL: farmácias
e parafarmácias

FOTOGRAFIA: ARTUR