

NÚMERO 320
MENSAL
OUTUBRO 2021

Saúde



E BEM-ESTAR

**CONSULTA
POS-COVID**

QUAL É A UTILIDADE?

**ASMA
GRAVE**

NOVAS
SOLUÇÕES

**TRAUMATISMOS
DA COLUNA**

COMO MINIMIZAR
AS CONSEQUÊNCIAS
MAIS GRAVES

**CANCRO
DA MAMA**

COMO SABEMOS
QUE NÃO VOLTA?

GRAVIDEZ

DESCUBRA
O POTENCIAL
CURATIVO
DA NATUREZA

**SUCESSO
NO EMPREGO
JOVEM**

COMPETÊNCIAS
MAIS PROCURADAS

CORAÇÃO

**MUDE OS HÁBITOS DE VIDA...
PARA TER MAIS VIDA!**



MentalAction prepara o regresso à rotina

MentalAction apresenta a sua sugestão para o período de pós-férias e regresso ao trabalho. O regresso presencial ao local de trabalho pode ser desafiante para muitos e despoletar mais stress ou cansaço, tendo como consequência um sistema mental e cognitivo mais debilitado. MentalAction Adultos, aliado a uma dieta variada e um estilo de vida saudável, é a ajuda ideal para que se consiga gerir eventuais picos de stress, mantendo a mente e o corpo no lugar. Este suplemento é isento de glúten e constituído por diversos



elementos, entre os quais extrato de Panax Ginseng, ómega-3, cafeína, vitaminas do complexo B, vitamina C, ferro e zinco.

Sleep+ é agora Vividorm

Vividorm é o novo suplemento alimentar da Tecnimede, que ajuda a equilibrar o biorritmo. O antigo Sleep+ deu origem ao novo Vividorm, o qual, além de um novo nome e imagem, traz também novidades ao nível da composição. A cápsula laranja de energia para o dia é composta por vitaminas do complexo B, que contribuem para o normal metabolismo produtor de energia; magnésio, que ajuda no normal funcionamento muscular e do sistema nervoso; e Withania somnifera, que conta com propriedades antioxidantes. Já o comprimido azul para a noite mantém na sua composição valeriana, passiflora e camomila, extratos de plantas com propriedades tranquilizantes, para além de melatonina, para que o seu efeito na redução do tempo necessário para adormecer seja ainda mais benéfico.



Novidade Vichy O que as mulheres procuram na menopausa

Especialista na menopausa há 30 anos, a Vichy acaba de lançar a sua mais recente novidade da gama Neovadiol: Neovadiol Sérum Global Anti-idade. Este lançamento apresenta uma fórmula bifásica, capaz de atuar nos principais sinais de envelhecimento da pele – flacidez, tez baça, rugas, manchas escuras e seca –, sendo indicado para mulheres que se encontram na perimenopausa ou pós-menopausa.

Bio-Oil Inovação para pele seca

Bio-Oil tem a solução perfeita para uma rotina diária de hidratação corporal: o inovador Bio-Oil Gel para Pele Seca. Com uma fórmula concentrada em gel com apenas 3% de água, o Bio-Oil Gel para Pele Seca hidrata intensamente graças aos seus ingredientes humectantes, que limitam a perda de água da pele, ao mesmo tempo que restaura sua camada hidrolipídica, mantendo os níveis de hidratação. E por ser uma fórmula concentrada, basta aplicar uma pequena quantidade, sempre de acordo com a necessidade da pele, uma a duas vezes por dia.



Source Marine da Thalgo O poder dos minerais marinhos

A Thalgo acaba de lançar a sua nova linha Source Marine Hydratant- Fortifiant, composta por 7 cosméticos ricos em complexos marinhos hidra-revitalizantes e altamente remineralizantes. Para hidratar duradouramente e fortalecer a pele mais sedenta, a gama conta com o reforço na concentração de manganês associado ao complexo Sève Bleue des Oceans, a par do filtrado das três algas largamente estudadas pela Thalgo: Fucus v., Laminaria d., Lithothamnium c..

