

NÚMERO 327
MENSAL
MAIO 2022

Saúde



E BEM-ESTAR

AVANÇOS DA MEDICINA

AS INVESTIGAÇÕES

OS NOVOS MEIOS
DE DIAGNÓSTICO

OS TRATAMENTOS
INOVADORES

**MAIS DE 20 ESPECIALISTAS
DÃO O SEU TESTEMUNHO**

PREÇO CONTINENTE



5 607727 003502

3,00€

Hidratação, proteção e revitalização num só gesto

Poluição, impurezas, maquiagem e estilo de vida intenso enfraquecem e asfixiam a pele diariamente. Resultado: os poros ficam obstruídos, a tez fica baça, irregular e a pele fica mais espessa. As suas funções regenerativas e protetoras são alteradas. A pele perde vitalidade e envelhece prematuramente. A desmaquiagem e a limpeza são os primeiros passos essenciais e inseparáveis para manter a pele limpa e bonita. Mas, mais do que apenas libertar a pele das impurezas, é importante fornecer-lhe a sua dose diária de minerais revitalizantes.

Desta forma, a Thalgo criou ÉVEIL À LA MER, desmaquiANTES marinhos, que revitalizam todo o tipo de pele, num único gesto.

Mais do que uma gama de desmaquiANTES, EVEIL À LA MER oferece à pele todos os benefícios marinhos do seu concentrado em Filtrat

de Algas Micro-Fragmentadas Revitalizante patenteado, que hidrata, protege e fortalece a epiderme.

Diariamente mais resistente, a pele fica resplandecente de beleza.



Novo ritual Bee My Honey

Inspirado no perfume Bee My Honey, a Apivita apresenta o novo ritual aromático completo: um ritual de três passos, agora complementado com gel de banho e leite hidratante corporal. Um passeio pelas paisagens mediterrânicas da Grécia, com uma fragrância fresca e revitalizante, moderna e viciante, inspirada no mel fresco da colmeia. Bee My Honey é uma homenagem a todas as fragrâncias icónicas que despertam as nossas memórias.

Pro Aromas 100% biológico, made in Portugal

O Instituto Português de Aromaterapia (IPA), orientado para a formação de terapeutas e consultores em Aromaterapia, lançou recentemente a marca Pro Aromas, uma gama de produtos biológicos produzidos em Portugal e com plantas 100% nacionais. A produção em Portugal garante elevados padrões de qualidade em todas as etapas do processo de desenvolvimento dos óleos essenciais. Entre os produtos da Pro Aromas, destacam-se 8 óleos essenciais, 5 hidrolatos e 1 óleo vegetal.



Vitamina C para a sua pele

A integração da vitamina C no seu ritual matinal de cuidados de pele irá assegurar a hidratação, proteção e luminosidade da cútis ao longo do dia. A AVON acaba de complementar uma das gamas preferidas de cuidados da pele – Anew Vitamin C – com o lançamento de um novo produto multifunções: o Daily Defence Moisturiser Vitamin C. Uma solução para a pele, hidratante e protetora FPS 50, num só creme.

Saúde
E BEM-ESTAR

DIRETOR: Francisco Duarte

REVISÃO CIENTÍFICA: Dr^a Luísa Carvalho (Especialista de Medicina Geral e Familiar)

COLABORADORES/CONSULTORES REGULARES:

Dr. Alexandre Fernandes (Nutrição); Prof^a Ana Andrade (Fitness); Dra. Ana Joaquim (Oncologia); Dra. Catarina Godinho (Medicina da Reprodução); Dra. Catarina Lucas (Psicologia); Dra. Catarina Sofia Correia (Nutrição); Dra. Cláudia Bacalhau (Oftalmologia); Dra. Cláudia Madeira Pereira (Psicologia); Dr. David Nascimento (Terapia da Fala); Dra. Ivone Mirpurí (Hormonologia); Dra. Joanne Amaral (Alimentação Intuitiva); Dr. João Maia Silva (Dermatologia); Dr. José Alves (Pneumologia); Dr. José Duarte (Medicina Tradicional Chinesa); Dr. Luís Cunha Miranda (Reumatologia); Dr. Manuel Carrageta (Cardiologia); Dra. Maria João Oliveira (Endocrinologia); Dra. Marisa Marques (Psicologia); Dra. Paula Freitas (Endocrinologia de Intervenção); Dr. Rui Costa (Medicina Geral e Familiar); Dr. Rui Tato Marinho (Gastroenterologia); Dra. Tânia Daniela de Carvalho (Psicologia); Dra. Teresa Bombas (Ginecologia e Obstetrícia); Dr. Tiago Sá (Medicina do Sono)

E-MAIL: saudebemestar@silroc.pt

FOTOGRAFIA: Raquel Madureira, Adobe Stock, Arquivo

PUBLICIDADE: Carlos Ramos carlos.ramos@silroc.pt

Enézia Tibério mkt.saudebemestar@gmail.com

ASSINATURAS: assinaturas@silroc.pt

EDITOR: Silva&Rocha Editores, Lda Rua Jaime Batalha Reis, n.º 1 C - R/C C 1500-679 Lisboa

DIREÇÃO, REDAÇÃO, PUBLICIDADE E ASSINATURAS: Rua Jaime Batalha Reis, n.º 1 C - R/C C 1500-679 Lisboa Tel.: 21 754 31 90

IMPRESSÃO E ACABAMENTO: Ligação Visual, Lda Casais de São Martinho, Jerumelo 2590-429 Sapataria www.ligacaovisual.pt

DISTRIBUIÇÃO NACIONAL E INTERNACIONAL: VASP - Soc. de Transportes e Distribuições, Lda Quinta do Grajal - Venda Seca 2739-511 Agualva Cacem

TIRAGEM: 30 000 exemplares

PROPRIETÁRIO: Ana de Sousa N.º DE CONTRIBUINTE: 214655148 REGISTO NA ERC: 117447, de 93/08/05 Depósito Legal n.º 77 725/94

Interditada a reprodução, parcial ou integral, de textos ou ilustrações.