

NÚMERO 307
MENSAL
JUL/AGO 2020

Saúde



E BEM-ESTAR

CUIDADOS ESSENCIAIS
PARA UM

VERÃO
EM BELEZA

EXERCÍCIO
FÍSICO

O SEU MELHOR
ALIADO

PANDEMIA
IMPACTO
PSICOLÓGICO
NAS CRIANÇAS
E ADOLESCENTES

TERMAS

EXCELENTE OPÇÃO PARA
FÉRIAS SAUDÁVEIS
E SEGURAS



Spiruline Boost Pele purificada e tonificada desde a primeira sessão



O Laboratório Thalgo acaba de lançar a nova linha de cuidados faciais Spiruline Boost, pensada para cuidar das peles que lidam diariamente com poluição atmosférica e outras agressões ambientais, como sejam o stress associado à vida quotidiana. A combinação sinérgica da alga espirulina com magnésio marinho potencia as características da linha Spiruline Boost, evidenciadas em resultados comprovados, a nível do protocolo profissional e dos 4 + 1 produtos de venda ao público: três cosméticos para o rosto (creme, serum e concentrado), um soin regard e uma bebida nutricional.



Beleza e leveza para as suas pernas

A Thalgo oferece uma solução para a beleza e leveza das suas pernas: Coach Jambes Légères é um suplemento alimentar à base de algas e plantas. Concentra extrato de gilbardeira, que favorece a circulação, atenuando a sensação de pernas cansadas; extrato de videira vermelha, que ajuda a manter o bom funcionamento dos vasos sanguíneos; e extrato de groselha negra, reconhecido pela sua ação drenante. Coach Jambes Légères fornece ainda vitamina B2 e vitamina C, que contribuem para a proteção das células contra as oxidações indesejáveis; e magnésio, que contribui para o equilíbrio dos eletrólitos.

Exfoliante corporal para o duche

A Thalgo inspirou-se na "praia de Areia Rosa", nas Bahamas, e na praia de areia branca «Siesta Key», na Flórida, para criar o gel mousse de duche esfoliante Joyaux Atlantique. Este ritual de duche, onde a Alga Preciosa se associa à Areia Coralina com cristais de quartzo branco, esfolia suavemente e limpa a pele. A sua textura de gel é transformada numa mousse cremosa, untuosa e generosa. Aplica-se no corpo, em movimentos circulares alisantes e tonificantes.



Refirmante para o corpo

Com a tecnologia Sculpt Active e ativos refirmantes, Défi Fermeté, da Thalgo, é um creme refirmante que ajuda a combater a flacidez cutânea, redesenhando a silhueta. Aplicar diariamente nas zonas do corpo a cuidar. Conselho: aqueça o creme com uma fricção entre as suas mãos. De seguida, aplique no corpo com massagem.



Tripla proteção solar

Para combater os malefícios do sol, o Centro de Pesquisa Thalgo criou e patenteou uma linha de produtos cosméticos de tripla proteção solar: anti-UV, antienvhecimento da pele e antimanchas. Os cuidados inovadores da linha Age Defense reforçam a beleza e preservam a juventude da pele, antes, durante e após a exposição solar.

Saúde

E BEM-ESTAR

DIRETOR: Francisco Duarte

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

COLABORADORES/CONSULTORES: Dr. A. Coimbra de Carvalho (Dent.); Dr. Alexandre Fernandes (Nutrição); Dr.ª Ana Maria Cordeiro (Radiologia); Prof. Antero da Palma Carlos (Alergo.); Dr. António Manuel Marques (Socio.); Dr. António Meyrelles do Souto (Ortop.); Dr. Artur Aguilár (Oftalm.); Dr. Artur P. Galvão (Psiqu.); Dr. Baptista Fernandes (Cirur. Estét.); Dr. C. Canas Ferreira (Otorrino.); Dr. César Ramos (Imuno./Alergo.); Dr.ª Cláudia Madeira Pereira (Psicologia Clínica); Dr. Duarte Vilar (Socio.); Dr. E. Melo Rocha (Alergo./Pediat.); Dr. Fernando Lacerda Nobre (Clin. Geral); Prof. Francisco J. Antunes (Venér./SIDA); Prof. Francisco Reich de Almeida (Ofal. Infant.); Dr.ª Isabel do Carmo (Endocri.); Dr. J. Seixas Martins (Cirur. Plást.); Dr. João de Matos Silva (Homeop.); Dr. Joaquim Margalho Carrilho (Ass. Port. Medi. Adicção); Dr. José Pacheco (Sexo); Prof. L. Menezes Falcão (Cardio.); Dr. Libério Bonifácio Ribeiro (Pediat./Alergo.); Prof. Lincoln Justo da Silva (Pediat.); Dr. Luís Mendes Graça (Obstet.); Dr. Manuel Costa Guerreiro (Psiqu.-Assoc. Defesa Saúde Mental); Dr. Manuel Neves e Castro (Gineco.); Dr.ª Margarida Cordo (Psico-Socio.); Dr.ª Maria Antónia Frásquilho (Psiqu. Med. Trabalho); Dr. Mário Andrea (Otorrino.); Nazaré Nunes (Estét.); Dr.ª Paula Martinho da Silva (Adv.-Ética); Dr. Paulo Guimarães (Urolog.); Dr. Pedro Levy (Psiqu.); Associação de Planeamento para a Família.

E-MAIL: saudebemestar@silroc.pt

FOTOGRAFIA: Raquel Madureira, Adobe Stock, Arquivo

PUBLICIDADE: Carlos Ramos carlos.ramos@silroc.pt

Enézia Tibério marketing@silroc.pt

ASSINATURAS: assinaturas@silroc.pt

EDITOR: Silva & Rocha Editores, Lda Rua Jaime Batalha Reis, nº 1 C - R/C 1500-679 Lisboa

DIREÇÃO, REDAÇÃO, PUBLICIDADE E ASSINATURAS: Rua Jaime Batalha Reis, nº 1 C - R/C 1500-679 Lisboa Tel.: 21 754 31 90

IMPRESSÃO E ACABAMENTO: Ligação Visual, Lda 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 Nº DE CONTRIBUINTE: 214655148 REGISTO NA ERC: 117447, de 93/08/05 Depósito Legal nº 77 725/94

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