



SABER VIVER

V

#198
Dezembro 2016
Mensal • 2,50€
Portugal continental

5 601073 013598 00198

CORPO
Em forma até ao Natal
(sim, é possível!)

SAÚDE
Será que é uma
healthonista?

ENTREVISTAS
→ Eduardo Sá
→ Álvaro Bilbao
→ Cláudio Cardoso

ANOS 80
ESTÃO DE VOLTA
COMO USAR E NÃO
FICAR RIDÍCULA

+58
presentes
escolhidos
PELA REDAÇÃO
(COM AMOR)

Acabe com
o **FOBU!**
(ainda não
sabe o que é?)

Passagem
de ano
para todas
as carteiras

FESTEJE AGORA!

Porque a vida
são dois dias

os novos modelos de família
+ o que vestir para a festa + como ser
mais altruísta + receitas saudáveis
para oferecer (e comer)



116 **beleza**
corpo

Em forma até ao Natal

As festividades aproximam-se e, com elas, a preocupação em exibir um corpo, pele e cabelo irrepreensíveis. **Começa os tratamentos que vão ajudá-la na tarefa** sem que, para isso, tenha de perder muito tempo.

por Madalena Alçada Baptista

SculpSure é a solução ideal para a **gordura localizada que teima em não desaparecer**, mesmo com as idas ao ginásio

SCULPSURE



beleza¹¹⁷

A menos de um mês das festas de Natal e passagem de ano, a atenção das mulheres de todo o mundo foca-se numa só coisa: encontrar um caminho para conseguirem ficar em forma dos pés à cabeça no menor espaço de tempo possível.

Afinal, não é só antes do verão que a preocupação com a silhueta se faz sentir. Ou, pelo menos, não devia ser. Até porque não faz sentido nenhum só se sentir bem no seu corpo e na sua pele uma vez por ano. Como tal, e porque queremos que celebre os festejos natalícios na sua melhor forma, sugerimos-lhe um conjunto de tratamentos com diferentes origens, metodologias e técnicas que redefinem a silhueta, devolvem ao corpo contornos equilibrados, dão um brilho extra ao cabelo e suavizam a pele.

Num abrir e fechar de olhos

Às vezes, a maquilhagem não chega para devolver ao rosto a juventude e a luminosidade perdidas ao longo do ano. A pensar nisso, a Well's criou uma série de planos de rosto que combinam tratamentos eletrostéticos e cosméticos de alta tecnologia, para resultados visíveis e eficazes logo após o primeiro tratamento.

O que é? De entre os vários planos criados, destacamos o Speed Beauty, cujo nome revela tudo o que queremos saber e precisamos: só dura 25 minutos! O programa é adaptado a cada caso e tipo de pele e associa radiofrequência, ultrassons, mesoterapia não invasiva, tecnologia LED, vacuodrenagem e dermoabrasão, devolvendo ao rosto hidratação, elasticidade e firmeza. O plano inclui também a oferta de avaliação e consulta de nutrição especial da pele.

Quanto custa? O Plano conta com dez tratamentos e cada um custa 19,75€.

Onde fazer? Nos Centros de Estética Well's de norte a sul do País. Marque o seu tratamento ou consulta de diagnóstico gratuita pelo tel.: 707 100 101.

Made in Portugal

Já pensou em rejuvenescer a pele do seu rosto sem cirurgias, agulhas ou dor? Não? Nem se lhe dissermos que não precisa de tempo de recuperação e que pode retomar a sua vida normal passados alguns minutos de fazer um simples tratamento? Apostamos consigo que vai continuar a ler as linhas que se seguem.

O que é? Chama-se LaserLeap e foi criado, desenvolvido e testado durante sete anos por cientistas da Universidade de Coimbra. O novo laser representa um grande avanço nos tratamentos de medicina estética, pois permite fazer penetrar através da barreira cutânea diversas formulações, entre as quais ácido hialurónico, o que até agora só era possível através das clássicas injeções com seringas e agulhas. Recomendado para ambos os sexos, o tratamento atua, entre outros, no preenchimento de pequenas rugas, na melhoria da hidratação, elasticidade e flacidez (ligeira e moderada) da pele.

Quanto custa? A partir de 300€.

Onde fazer? Na Clínica IN, em Lisboa. Mais informações em clinica.in.pt

Silhueta todo-o-terreno

Já chegou a Portugal a resposta para todas as mulheres (e homens!) que desejam libertar-se da gordura acumulada, mesmo para aquelas que, praticando regularmente exercício físico, não conseguem ver-se livres da mesma.

O que é? Confortável para qualquer tipo de corpo e pele, e sem contraindicações, SculpSure, aprovado pela FDA, é a solução ideal para a gordura localizada que teima em não desaparecer, por mais ginásio ou dieta que se faça. Os tratamentos funcionam através de hipertermia mantida (subida de temperatura), de forma a destruir permanentemente 25 a 30 por cento das células de gordura. O elevado alcance do laser utilizado e a temperatura que este atinge permitem resultados impressionantes numa vasta zona de tratamento.

Lifting instantâneo

Se os tratamentos de cabina não são a sua praia, a ideia de ficar cerca de uma hora num gabinete fechado a aborrece e fica assustada com aquilo que lhe podem fazer ao rosto, então o *threading* (depilação de sobrancelhas com um fio de algodão) é a solução ideal para si.

O QUE É?

O *threading* é uma técnica de depilação ancestral oriunda do Médio Oriente e Sul Asiático em que, com um fio de algodão, se removem os pelos mais indesejados pela raiz, permitindo uma melhor definição das sobrancelhas. Como se trata de uma técnica muito delicada e precisa, é ideal para definir as sobrancelhas, fazendo parecer que o rosto ganha uma nova vida, quase como se tivesse sido submetido a um *lifting*. Isto em menos de 30 minutos.

QUANTO CUSTA? 9,90€, o *threading* de sobrancelhas.

ONDE FAZER?

Em quiosques e lojas Wink de norte a sul do País. Mais informações em wink.pt



Made in Portugal

Já pensou em rejuvenescer a pele do seu rosto sem cirurgias, agulhas ou dor? Não? Nem se lhe dissermos que não precisa de tempo de recuperação e que pode retomar a sua vida normal passados alguns minutos de fazer um simples tratamento? Apostamos consigo que vai continuar a ler as linhas que se seguem.

O que é? Chama-se LaserLeap e foi criado, desenvolvido e testado durante sete anos por cientistas da Universidade de Coimbra. O novo *laser* representa um grande avanço nos tratamentos de medicina estética, pois permite fazer penetrar através da barreira cutânea diversas formulações, entre as quais ácido hialurónico, o que até agora só era possível através das clássicas injeções com seringas e agulhas. Recomendado para ambos os sexos, o tratamento atua, entre outros, no preenchimento de pequenas rugas, na melhoria da hidratação, elasticidade e flacidez (ligeira e moderada) da pele.

Quanto custa? A partir de 300€.

Onde fazer? Na Clínica IN, em Lisboa. Mais informações em clinicain.pt