



GEL REFRESCANTE

Antistax® Gel Refrescante - sensação refrescante

Um estilo de vida agitado pode deixar as suas pernas cansadas, doridas e desconfortavelmente pesadas, sobretudo se passar longos períodos de pé ou sentada.

Antistax® Gel Refrescante contém flavonóides venoactivos, de origem natural, produzidos a partir do extracto da folha de Videira Vermelha. É um gel não oleoso, facilmente absorvido, com ligeiro aroma a limão, que conforta as pernas pesadas e cansadas. Pode aplicá-lo sempre que necessário ao longo do dia. Ao massajar o gel nas pernas, a sua microcirculação é estimulada. Esta estimulação, juntamente com a acção refrescante do gel, proporciona um alívio imediato.

Como manter as minhas pernas fortes e saudáveis?

Uma boa microcirculação venosa nas pernas é fundamental para o bem-estar geral. Há várias formas de estimular esta microcirculação e promover a saúde das pernas. Uma delas é aplicar **Antistax®** Gel Refrescante, que irá revitalizar e relaxar as suas pernas, proporcionando uma sensação de leveza.

Para um melhor resultado na aplicação do gel deverá

- Colocar as pernas numa posição elevada quando aplicar o gel
- Massajar o gel em movimentos rotativos, de baixo para cima (começando nos tornozelos ou pés)

Para um maior efeito refrescante, pode guardar **Antistax®** Gel Refrescante no frigorífico – perfeito para os dias quentes do Verão!

Exercícios para pernas saudáveis

Os músculos das pernas actuam como uma espécie de bomba, ajudando a circulação do sangue a retornar ao coração. O exercício físico é a chave para uma boa manutenção da função muscular e contribui para a estimulação da circulação venosa. Assim, sugerimos 2 exercícios que poderá praticar facilmente sempre que desejar e onde quer que esteja – no escritório ou em casa.

	
<p>1. Coloque-se na posição de pé com as pernas e pés paralelos. Coloque-se em bicos dos pés, levantando os calcanhares tanto quanto possível. Mantenha esta posição durante 5 segundos, e em seguida relaxe. Repita 10 vezes.</p>	<p>2. Sente-se numa cadeira. Levante os pés e faça-os rodar primeiro numa direcção, e depois na outra. Repita 10 vezes.</p>

Conselhos para preservar o bem-estar e a vitalidade das suas pernas

Algumas medidas podem ajudar a prevenir a sensação de pernas pesadas e cansadas, tensão e formigueiro, tais como:

- ✓ Praticar uma actividade física regular: caminhada, natação, andar de bicicleta
- ✓ Utilizar roupa confortável e evitar vestir roupa apertada
- ✓ Repousar com as pernas ligeiramente elevadas
- ✓ Tonificar as pernas diariamente com um jacto de água fria (começando pelo tornozelo e subindo até às ancas), e em seguida massajar para activar a circulação venosa
- ✗ Evitar os saltos altos ou muito rasos
- ✗ Evitar cruzar as pernas
- ✗ Evitar as fontes de calor excessivo (piso aquecido, banhos muito quentes, sauna, exposição prolongada ao sol)
- ✗ Evitar os aumentos de peso

Conselhos de utilização

Aplicar massajando, de baixo para cima, 2 vezes por dia ou quando sentir necessidade. Pode ser aplicado por cima dos collants.

Qualidade garantida pelo Laboratório Boehringer Ingelheim.

O Gel Refrescante **Antistax**[®] é testado dermatologicamente. Com pH neutro, a sua fórmula responde às exigências de qualidade dermatológica e farmacêutica.

O Laboratório Boehringer Ingelheim exige para cada um dos seus produtos uma qualidade irrepreensível.

Não oleoso, o Gel Refrescante **Antistax**[®] penetra rapidamente sem deixar vestígios e não seca a pele.

Não contém conservantes.

Precauções de utilização

Evitar o contacto com os olhos e outras áreas sensíveis.

Não aplicar em feridas abertas.

Manter fora do alcance e da vista das crianças.



Utilizar no período de 12 meses após a primeira abertura

Componentes

Extracto de folha de Videira Vermelha (*Vitis viniferae*), água purificada, álcool 96%, óleo de limão, PEG-7 cocoato de glicerilo, ácido poliacrílico 980, carbómero, eritrosina E 127, corante de caramelo E 150d e hidróxido de sódio E524

A gama Antistax[®]

Para uma maior sensação de frescura e de leveza, poderá complementar o uso de **Antistax**[®] Gel Refrescante com a toma de **Antistax**[®] Comprimidos

Responsável pela colocação no mercado:



Boehringer Ingelheim, Lda.
Av. de Pádua, n^o11
1800-294 Lisboa

Linha Verde: 800 201 654

