Revista dirigida ao consumidor • Exclusiva das Farmácias Associadas à Ação Magistral
Distribuição gratuita • Edição XXXIII/2021

Saúde em ação

AÇÃO MAGISTRAL



Como a Covid-19 afetou nossas vidas

A PANDEMIA INTERFERIU NA NOSSA SAÚDE MENTAL E FÍSICA. COMO LIDAR COM TUDO ISSO E CONTORNAR OS SINTOMAS?

E mais: Saiba o que é fadiga pandêmica • Os benefícios da cúrcuma • Conheça o Óleo Essencial de Laranja Doce



PRODUTO EXCLUSIVO AÇÃO MAGISTRAL

AÇÃO MAGISTRAL

CYSCLEAR COMPLEX®

A SOLUÇÃO PERFEITA PARA O MELASMA

Conheça o seu novo aliado na recuperação de melasmas e hiperpigmentação da pele. Cysclear Complex possui a sinergia da Cisteamina, Ácido Tranexâmico e Niacinamida, uma associação de substâncias ativas que realizam o clareamento de hiperpigmentações de forma gradativa, segura e rápida. Tenha sempre uma pele linda e cheia de radiância e luminosidade com o nosso tratamento inteligente para melasmas.

Consulte o seu médico dermatologista

Benefícios do Cysclear Complex

- Tratamento de melasma
- Homogeneização da pele
- Anti-Aging
- Proteção e reparo da pele
- Controle de oleosidade

acaomagistral.org.br **@acaomagistral**

AÇÃO MAGISTRAL ALIANZA MAGISTRAL

Expediente

DIRETORIA AÇÃO MAGISTRAL
Paulo Miguel Lemos Vasques
(Presidente)

Christiane Gernhardt
(Vice-Presidente)

Vera Lucia Bertol Scussel
(Diretora Administrativa)

Ana Lúcia Koff Milan Ginja
(Diretora Financeira)

COORDENAÇÃO EDITORIAL
Maurice Souza

TEXTOS
Valérie Sória

COLABORADORAS
Lea Regina Conrado Costa Lima
Igor Emanuel Vasconcelos e Martins Gomes
Marcela Helena de Freitas Clementino
Verlene de Sousa Castro Alves

ATENDIMENTO
Rua Santa Catarina, 40 / Sala 705
Santa Maria Goretti • Porto Alegre-RS

www.acaomagistral.org.br

PRODUÇÃO EDITORIAL
Coomunica Editora • Porto Alegre-RS
(51) 98947.9065
coomunicaeditora@gmail.com

Jornalista Responsável
Andréa Pelc Prestes (MTB 8914)

Projeto gráfico e diagramação
Ingrid Müller

Capa
©FREEPIK

Opiniões e ideias transmitidas por artigos assinados não refletem necessariamente nossa opinião.

Esta publicação destina-se à mera leitura informativa e não deve ser usada como base para prescrições de medicamentos. Consulte sempre seu médico e peça orientações ao seu farmacêutico. Lembre-se dos riscos da automedicação.

Nunca tome medicamentos ou suplementos sem a orientação de um médico, farmacêutico ou nutricionista.

Editorial

Seja muito bem-vindo à edição de primavera, recheada de dicas práticas e informações úteis para sua saúde e bem estar, com um enfoque especial na pandemia.

Completamos um ano e meio de pandemia da Covid-19 neste mês de setembro e sabemos que não está fácil lidar com as suas consequências. Por isso, uma matéria especial escrita pelos convidados Igor Emanuel V. M. Gomes, médico psiquiatra, Marcela Helena F. Clementino, psicóloga, e Verlene de Sousa C. Alves, psicóloga, nos contam sobre a fadiga pandêmica e várias estratégias de como lidar com esta situação no nosso dia-a-dia, através de atitudes para o autocuidado.

Outro tema essencial atualmente são os cuidados que devem ser tomados para manutenção e melhora da saúde em pessoas afetadas pela síndrome pós Covid-19. Na matéria especial da seção Saúde, conheça os sintomas mais comuns e também como alguns suplementos podem ajudar nestes casos.

Na página Nutrição, conheça o enorme potencial da Cúrcuma, capaz de controlar processos inflamatórios, o seu potencial antioxidante e antimicrobiano, que estão cada vez mais presentes em estudos científicos.

O destaque desta edição da Série Aromaterapia é o óleo essencial de Laranja Doce brasileiro, considerado um dos melhores do mundo!

A Ação Magistral conta com associados do norte ao sul do Brasil. Procure o mais próximo de você no www.acaomagistral.org.br e fique por dentro de dicas e novidades no Instagram:
@acaomagistral
Boa leitura!



MAURICE SOUZA
Coordenação Editorial

Fadiga pandêmica

NESTE MÊS DE SETEMBRO COMPLETAMOS UM ANO E MEIO DE PANDEMIA DA COVID-19 E SABEMOS QUE NÃO ESTÁ FÁCIL LIDAR COM AS SUAS CONSEQUÊNCIAS

IGOR EMANUEL VASCONCELOS E MARTINS GOMES
Médico Psiquiatra (CRM 11.529; RQE 6.011)
@drigoremanuelpsiquiatra | @ipsiclinic
MARCELA HELENA DE FREITAS CLEMENTINO
Psicóloga (CRP 11/09404) @psi.marcelaclementino.
VERLENE DE SOUSA CASTRO ALVES
Psicóloga (CRP 11/09034) @verlenealves



©FREEPIK/PCHVECTOR

Existe um fenômeno reconhecido pela Organização Mundial da Saúde (OMS) como "Fadiga Pandêmica", que é o estado emocional vivenciado em decorrência da pandemia. Caracteriza-se, principalmente, pela exaustão física e mental que o prolongamento desse período tem causado. Isso acontece quando vivenciamos uma situação que nos gera estresse, e nos leva a sair da zona de conforto.

É uma resposta natural do organismo lutar para retornar ao equilíbrio, pois nosso corpo funciona sempre de modo a tentar diminuir o gasto energético. No entanto, quando falamos da pandemia, existem vários fatores que não estão sob o nosso controle, dificultando a adaptação perante a situação atual, levando a um esgotamento físico e mental.

Alguns dos sintomas mais comuns são:

- Desesperança e desmotivação
- Ansiedade
- Depressão
- Alterações no sono
- Dores de cabeça tensionais
- Problemas gastrointestinais
- Compulsão alimentar/por compras online
- Problemas de relacionamento

Como lidar com esse momento?

Praticando o autocuidado. Atualmente, a OMS traz como definição de autocuidado "a capacidade que indivíduos, famílias e comunidades têm de promover saúde, prevenir doenças e manterem-se saudáveis com ou sem a ajuda de um agente de saúde". Ou seja, é possível praticar o autocuidado de maneira autônoma. Para isso, é preciso que haja algum conhecimento sobre o assunto e as formas de praticar.

Como praticar o autocuidado?

Sabemos que todo o nosso corpo está conectado e que, na maioria das vezes, uma ação relacionada à saúde mental interfere na saúde física e vice-versa. Por isso, uma boa estratégia é dividir a vida em áreas, facilitando o planejamento de atividades de autocuidado, como nos exemplos:

Saúde física e necessidades fisiológicas: Cuidado com o sono, com a alimentação (atentando para qualidade e quantidade), ingestão de água, tempo de descanso do trabalho, e prática de atividades físicas.

Social: Verifique se o nível de socialização está muito baixo, ou muito elevado (porém de forma não produtiva). Não consuma muitos conteúdos que aumentem a vivência de sentimentos desconfortáveis. Priorize socializações que ajudem a passar por esse momento (amigos, familiares, grupos de apoio).

Psicológico: Lide com suas emoções sem julgamento (tudo bem não estar sempre bem). Monitore os pensamentos. Pratique a autocompaixão diminuindo as cobranças e críticas sobre você. Seja gentil com você mesmo.

É egoísmo querer ficar bem enquanto o mundo está um caos?

Não, de jeito nenhum. Cuidar de si mesmo pode inclusive ser uma forma de ajudar o mundo. Você sabe por que a orientação quando entramos em um avião é de que “em caso de despressurização máscaras de oxigênio cairão... coloque-a *primeiro em você* e depois ajude quem precisar”? Porque para podermos cuidar do outro, temos primeiro que cuidar de nós mesmos. Por isso pratique o autocuidado. Não existem regras! Pense em ações que te façam bem e separe um tempo para elas.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ROBERTS, M. (2020). O que é a 'fadiga da pandemia' e como é possível combatê-la, segundo a OMS. BBC News. Disponível em<https://www.bbc.com/portuguese/internacional-54442355>

SANTANA, M. E. D., & Paes, R. V. D. C. (2020). Cartilha o autocuidado diante de uma pandemia mundial.

SIERRA, I. (2021). Para mim a vida parou. Viver não é só trabalhar: a fadiga pelo confinamento está prestes a transbordar. El pais.

VÁZQUEZ, O. G., Orozco, M. R., Muñiz, R. C., Contreras, L. A. M., RUÍZ, G. C., & García, A. M. (2020). Síntomas de ansiedad, depresión y conductas de autocuidado durante la pandemia de COVID-19 en la población general. Gaceta médica de México, 156(4), 298-305.

WHO (2020). Pandemic fatigue Reinvigorating the public to prevent COVID-19.

NOVA LINHA MAG

TODO O
PODER DA
HIDRATAÇÃO
COM
NUTRIÇÃO

intensiva.



NOVA EMBALAGEM!

touch sense MAG

NOVA LINHA MAG

A ciência da beleza a seu favor, com um novo rótulo e a essência hidratante de sempre.

Os dermocosméticos da MAG voltaram, com as mesmas formulações responsáveis pelo efeito progressivo de proteção do seu corpo. Maciez para uma pele saudável, mãos e pés protegidos e hidratados.



CREME HIDRATANTE CORPORAL

Perfeito para usar em abundância pelo corpo todo. Sensação de refrescância e nutrição indispensável para a pele. **Hidratação 24h**



CREME HIDRATANTE PARA MÃOS

Feito de emulsificantes e óleos vegetais que produzem uma estrutura diferenciada. Solução definitiva para o ressecamento das mãos. **Hidratação 24h**



CREME HIDRATANTE PARA PÉS

Perfeito para quem busca ação esfoliante que remove as camadas de células mortas. Renova a hidratação e maciez da pele dos pés. **Hidratação 24h**

MANTEIGA CORPORAL

Ação hidratante de 24 horas comprovada. Indicado para peles extremamente desidratadas e ressecadas.



HIDRATAÇÃO DE *verdade!*

CONHEÇA A LINHA COMPLETA touchsensebrasil.com.br @touchsensebrasil touch sense MAG

Síndrome pós-covid

LEA REGINA CONRADO COSTA LIMA
Farmacêutica CRF-SC 3593
Farmácia Dermobel



© SUBBOTINA | DREAMSTIME.COM



A Covid-19 é uma doença sistêmica que pode afetar diversos órgãos e funções do nosso corpo, principalmente o pulmão, o cérebro, os rins e o coração. Os sintomas podem persistir por um curto período de tempo, semanas ou até meses, não apenas após os casos moderados e graves, mas também nos mais leves. Até mesmo pessoas assintomáticas, que não tiveram o diagnóstico da doença, podem apresentar sintomas no "Pós-Covid".

A ocorrência destes sintomas, que persistem após a infecção pelo SARS-COV-2 é chamada de "Síndrome Pós-Covid", "Covid Longa" ou também "Síndrome Pós Cuidados de Terapia Intensiva", nos casos mais graves. Nem sempre a síndrome é diagnosticada, muitas vezes os pacientes não relacionam os sintomas com a doença pré-existente, principalmente nos assintomáticos, por este motivo acabam não procurando ajuda médica.

Alguns dos sintomas mais comuns são:

- Fadiga ou fraqueza muscular
- Dispneia
- Distúrbios do sono
- Ansiedade/Depressão;
- Estresse pós-traumático
- Desequilíbrios na função cardíaca
- Dores musculares ou nas articulações
- Dor de cabeça
- Perda de memória/ Dificuldade de raciocínio
- Queda de cabelo
- Perda do olfato

Obs.: a sintomatologia pode variar de pessoa para pessoa, assim como a intensidade.

Um estudo recente realizado na Alemanha mostrou que de 100 pacientes recuperados de Covid-19, 78% apresentaram algum tipo de alteração cardíaca por mais de dois meses depois da alta. Após dois meses do início dos sintomas, somente 12,6% ficaram completamente livres deles e a metade da população estudada relatou a fadiga como o sintoma mais frequente.

Os efeitos do SARS-COV-2 no organismo provocam danos em diversos tecidos, e as mitocôndrias, pequenas usinas geradoras de energia, foram muito afetadas, o que explica a fadiga extrema. Além disso, alterações epigenéticas e no envelhecimento celular são responsáveis por modificações que acabam levando a doenças crônicas.

Devido ao processo inflamatório agudo e crônico, ocorre uma oxidação intensa levando a queda nos níveis de Coenzima Q10 no organismo. Ela é um antioxidante responsável por regenerar outros antioxidantes, como por exemplo, a Vitamina E. Ela é fundamental para o bom funcionamento do organismo, principalmente para as mitocôndrias gerarem energia, e a sua suplementação pode minimizar a fadiga.

As manifestações cerebrais também ocorrem com frequência no "Pós-Covid". O "Brain Fog" é um sintoma traduzido como "Névoa Cerebral" ou cérebro nublado, que significa a dificuldade de concentração ou clareza, confusão mental e esquecimento. Não se trata de uma doença, mas um sintoma decorrente de outras desordens, como por exemplo, distúrbios do sono. O "Brain Fog" pode estar presente no "Pós-Covid" principalmente devido à neuro-inflamação provocada pelo vírus e pela tempestade inflamatória.

Para combater o problema, deve-se atuar na modificação do estilo de vida, como higiene do sono, atividade física regular, alimentação saudável e balanceada. Uma alimentação rica em antioxidantes, vitaminas, minerais e gorduras boas contribuem para a regulação do organismo e em especial do intestino, beneficiando o funcionamento mental. E por falar em intestino, este órgão é muito afetado pela infecção viral e pelo uso de antibióticos, anti-inflamatórios e corticoides, medicamentos usados para combater a tempestade inflamatória e as infecções bacterianas, no Covid-19. Probióticos, como lactobacillus, podem ajudar no equilíbrio da flora intestinal e modular o sistema imunológico, fortalecendo-o e melhorando o eixo intestino-cérebro-pulmão.

Um cálculo feito pela Universidade de Harvard



Alguns produtos da Linha Puris que podem auxiliar no equilíbrio do corpo

demonstrou que o brasileiro perdeu quase dois anos na expectativa de vida devido à pandemia. Estudos mostram que a prática de atividade física e a exposição à luz solar auxiliam no combatem ao estresse, a ansiedade e a depressão, além de contribuírem para a melhora da qualidade de sono.



O uso de alguns suplementos pode auxiliar no equilíbrio metabólico, diminuindo os sintomas. As vitaminas do Complexo B, como a vitamina B12, apresentam um papel importante no metabolismo cerebral, melhorando a memória, a saúde emocional e o desempenho físico. Assim como a suplementação com Ômega 3, que atua diminuindo o processo inflamatório, melhorando marcadores de depressão, ansiedade e estresse. A Vitamina C, o Selênio e a Vitamina E são antioxidantes também muito bem vindos para o bom funcionamento do organismo.

Diante deste cenário, uma consulta médica é importante para que a síndrome seja diagnosticada e tratada adequadamente. A avaliação clínica requer exames complementares e um programa de reabilitação.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

MOTA, Camilla V. A longa lista das possíveis sequelas da covid-19. BBC News Brasil, São Paulo, 08/2021

ALVES, Charlise. Sequelas pós-Covid. Revista Vida e Saúde, Tatuí, SP, p. 22-24, 04/2021.

PINHEIRO, Chloé. Síndrome pós-covid: como detectar e tratar os sintomas mais persistentes. Veja Saúde, São Paulo, 04/2021.

RODRIGUES, et al. Síndrome pós-covid: o que é e o que fazer a respeito. Hospital Sírio Libanês, 06/2021



© JIRSAWSTOOKER | FREEPIK

NUTRIÇÃO

Os benefícios da cúrcuma

CONHECIDA TAMBÉM COMO AÇAFRÃO-DA-TERRA, É MUITO UTILIZADA NA MEDICINA AYURVÉDICA E EM PAÍSES COMO ÍNDIA, CHINA E ORIENTE MÉDIO

Além do uso milenar na culinária e como corante de tecidos (curioso, não é mesmo?), nos últimos anos a cúrcuma vem sendo alvo de inúmeros estudos devido às suas importantes propriedades medicinais. O seu princípio ativo é a curcumina, que apresenta diversas comprovações científicas a respeito de seus benefícios à saúde.

Os curcuminóides inibem a atividade de moléculas responsáveis pela mediação da dor e da inflamação, sendo capaz de controlar processos inflamatórios. Além disso, apresenta outras propriedades farmacológicas, como um enorme potencial antioxidante, no tratamento de distúrbios digestivos e hepáticos, na artrite reumatoide, como antimicrobiano e na prevenção de doenças neurodegenerativas.

O extrato concentrado de *Curcuma longa* (95%) pode ser utilizado em cápsulas e a sua absorção pode ser aumentada quando associada com o extrato da pimenta preta (*Piper nigrum L.*).

E não esqueça, em caso de dúvidas a respeito do Extrato Padronizado de *Curcuma Longa*, venha conversar com nossos farmacêuticos em uma das farmácias Ação Magistral!

MAURICE SOUZA
Farmacêutico CRF-RS 18779
Homeopathus Farmácia de Manipulação
@mauricesouza

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Susan J. Hewlings and Douglas S. Kalman. Curcumin: A Review of Its' Effects on Human Health. Michigan, 2018.

Batistuzzo, J.A; Itaya, M; Eto, Y. Formulário Médico-Farmacêutico. São Paulo/ SP: Atheneu, 5ª Ed. 2015 - Rev.0 – 31/01/2019 RT/SAC

Jurenka J.S. Anti-inflammatory properties of curcumin, a major constituent of Curcuma longa: a review of preclinical and clinical research, Alternative Medicine Review Volume 14, Number 2 2009.

Conforto e segurança

O ÓLEO ESSENCIAL DE LARANJA DOCE BRASILEIRO É RECONHECIDO COMO UM DOS MELHORES DO MUNDO, SENDO SINÔNIMO DE SEGURANÇA E EQUILÍBRIO.

A laranja é a mais conhecida das frutas cítricas. Ela surgiu depois de numerosas transformações por hibridizações da sua ancestral, a laranja-amarga. Implantada e cultivada pelos árabes na Espanha, a laranja entrou na França pela Côte d'Azur (Costa Azul, Riviera Francesa no Mar Mediterrâneo). A árvore, que pode viver de 3 a 400 anos, possui flores brancas de fragrância muito suave. É necessário a prensagem de 1kg de casca do fruto para produzir 10g de óleo essencial.

MAURICE SOUZA
Farmacêutico CRF-RS 18779
Homeopathus Farmácia de Manipulação
@mauricesouza

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS
FERNANDO AMARAL. Manual técnico "Bem estar, Saúde e Beleza. Cuidados naturais da cabeça aos pés". 9ª Edição

DOMINIQUE BAUDOUX. "O Grande Manual da Aromaterapia". Editora Laszlo, 2019.

⚠ *Em caso de dúvidas a respeito do Óleo Essencial de Laranja Doce ou algum outro, venha conversar com os nossos farmacêuticos em uma das farmácias Ação Magistral!*

Dicas de como usar

Uso no ambiente
Em difusores, é um excelente estimulante do apetite e da digestão, age como tônico estomacal e digestivo. Purificador e equilibrante.

Dicas
Aumenta o apetite de crianças e fortalece o estômago quando aplicado pela difusão aérea.

Na área emocional
O aroma cítrico-doce cria uma atmosfera envolvente que oferece segurança e equilíbrio, além de aliviar o medo infantil, o medo noturno ou outros temores como, por exemplo, de dirigir automóveis. Traz conforto e segurança.

Uso no corpo
Pode ser associado a argilas e a óleos vegetais, possui efeito clareador de manchas, desintoxicante e agente antiedematoso. Na estética facial é utilizado principalmente para diminuição das manchas e controle da oleosidade, excelente nas saunas faciais. Quando aplicado deve ser evitada a exposição à luz solar por 6 horas e não ultrapassar a dosagem de 1 gota por tratamento facial e 4 gotas por tratamento corporal. Em massagens e banhos atua relaxando ou estimulando, conforme o estado emocional da pessoa.
Atenção: Deve ser diluído em óleo vegetal base, como de amêndoas, girassol ou semente de uva.

Propriedades
Apresenta efeito antidepressivo, antisséptico e hipotensivo, além de digestivo e tônico.

Nota olfativa
Cítrico, doce, típico da casca de laranja.



©MASTER1305 | FREEPIK

ACAO MAGISTRAL

Farmácias associadas da Ação Magistral

ACRE

Rio Branco
Vitória Régia
68 3224.2880

ALAGOAS

Arapiraca
Ao Pharmacêutico
82 3522.5763
82 99302.8350

Maceió
Ao Pharmacêutico
82 3304.4200
82 99302.8250

BAHIA

Barreiras
Formulart
77 3612.2211

Itabuna
Viapharma
73 3043.8042
73 3043.8043
73 3617.7538
73 99860.8210

CEARÁ

Brejo Santo
Sagrado Coração
88 3531.2529
88 99837.9127

Crato
Flor de Juá
88 3521.4934
88 99950.8888

Juazeiro do Norte
Flor de Juá
88 3511.1762
88 99950.8888

DISTRITO FEDERAL

Brasília
Medicare Norte
61 3962.5033
61 99205.1331
Medicare Sul
61 3443.5025
61 99419.4564
Medicare SW Filial
61 3344.9084
61 99101.6881

GOIÁS

Anápolis
Naturalis Anápolis
62 3324.9796

Caldas Novas
Biopharma
64 3453.3335

Catalão
Farma Tartuci
64 3441.4320
64 9641.1484

Goiânia
Therapeutica
62 3216.6400

Jataí
Natupharma
64 3631.0809
64 99963.2303

Morrinhos
Biopharma
64 3413.2444

MARANHÃO

São Luis
Facial
98 3235.9278
Facial - Filial
98 3244.2435 / 3244.4851

MATO GROSSO

Barra do Bugres
Floral
65 3361.1400
65 99909.3383

Cuiabá
Hygia Farmácia
65 3624.4070

Nova Olímpia
Floral
65 3332.1001
65 99926.0741

Rondonópolis
Vitae Farma
66 3421.5050
Vitae Farma - Filial
66 3422.2976

Sinop
Essência Farma
66 3520.1100

Sorriso
Fórmula Certa
66 3544.0043
66 99639.0348

MATO GROSSO DO SUL

Campo Grande
Homeovitae
67 3321.1242
67 98403.8049
Homeovitae
67 3327.0909
67 98403.8229

MINAS GERAIS

Alfenas
Alfenense
35 3297.3264 / 3297.4035

Belo Horizonte
BS Pharma
31 3290.0990

Boa Esperança
Pharmacêutica
35 3851.3369
35 99721.2909

Caeté
Empório Farmacêutico
31 3651.3834
31 98038.3834

Divinópolis
São Geraldo
37 3221.9040
37 98812.9105
São Geraldo - filial
37 3222.0060
37 98851 7022

Fronteira
Ativos
34 3428.2073

Ipatinga
Harmonize
31 3801.4700
Harmonize
31 989104700
Santa Terezinha
31 3822.1934
31 98630.3325

Juiz de Fora
Homeopatia Santos
32 3215.9645
Homeopatia Santos - São Mateus
32 3236.1578
Homeopatia Santos - Centro
32 3212.5644

Montes Claros
Naturefarm
38 3690.3330
38 988239497

Patrocínio
Unifarma
34 3831.1800
34 98825.2000

Piumhi
Barufarma
37 3371.1015

Pouso Alegre
Pharmacia Theriaga
35 3423.3433
35 99103.3033

São Lourenço
São Lucas
35 3332.8480
35 98898.2569

Três Corações
Néctar
35 3231.3471
35 98873.0382

Três Pontas
Pharmacêutica
35 3265.9252
35 99849.0040

Uberaba
Pharmus
34 3321.9000
34 99922.4438

Uberlândia
Pharmus
34 3228.1888
34 99812.9051

Varginha
Bioética
35 3221.3244
35 98445.9813

PARÁ

Belém
Reinafarma
91 3244.2625
91 98111.3533

PARANÁ

Campo Mourão
Fórmula Ativa
44 3523.1884

Cianorte
Ciafórmulas
44 3637.2223

Curitiba
Prepare
41 3013.0333

Foz do Iguaçu
Saúde & Vida
45 3025.5656
45 98403.2519

Maringá
Pharmakon
44 3026.2016

Rolândia
Primaflora
43 3255.1818
43 9656.1280

PERNAMBUCO
Gravata
Pharmaviva
81 3533.5385
81 99817.3579

PIAUÍ
Terezina
Farmácia Equilíbrio
86 2106.5900

RIO DE JANEIRO
Campos dos Goytacazes
Verde Folha
22 2735.1650
22 99969.4145

Itaperuna
Artpharma
22 3822.1406
22 99606.7949

Rio de Janeiro
FHB
21 993637266

RIO GRANDE DO SUL
Alegrete
Farmácia Manipulato
55 3422.5815

Arroio do Sal
Sealife
51 3687.1528

Bagé
Mistura da Terra
53 3242.2174
53 99935.9595

Bento Gonçalves
Aromas & Poções
54 3452.6777
54 99979.0017
Aromas & Poções filial
54 3702.6777

Bom Princípio
Hamamélis Farmácia
51 3634.1577
Hamamélis Farmácia
51 3534.7538

Camaquã
Argentum
51 3671.0824

Campo Bom
In Corpore
51 3597.3100
51 98164.7288

Canguçu
Formulare Farmácia
53 3252.4175

Canoas
Rosa Moschetta - Matriz
51 3477.6025
Rosa Moschetta - Filial
51 3465.8983

Carlos Barbosa
Matéria Pura
54 3461.1123
54 98429.9297

Caxias do Sul
Bellafarma - Matriz
54 3022.7700
54 99176.7099
Bellafarma - Filial
54 3022 7700
54 99176.7174

Charqueadas
Florata
51 3658.2562

Cruz Alta
Sulfarma
55 3322.6025
55 98477.6025

Erechim
Natupharma - Rua Itália
54 3321.5016
54 99658.3962

Estância Velha
Sanare
51 3561.8198
Sanare
51 3551.0475

Farroupilha
Bellafarma
54 3261.2322
54 99176.5546

Feliz
Hamamélis Farmácia
51 3637.3455
Hamamélis Farmácia - Filial
51 9889.3455

Flores da Cunha
Bella Salute
54 3292.2288
54 99979.2020

Garibaldi
Dose Diária
54 3462.4054
54 99691.2184
Farmácia Essência
54 3464.0079

Guaíba
Farmácia Raízes
51 3491.2562 / 3106.5547
51 99641.2084

Harmonia
Farmácia Botânica
51 3695.1657
51 98599.1615

Igrejinha
Qualitá
51 3545.1323 / 3545.3123
51 99800.4441

Imbé
Multimisturas
51 3627.4353
51 98583.8043

Ivoti
Sanare
51 3563.6605

Lajeado
Essência de Vida
51 3748.3311
51 99986.1632

Montenegro
Farmácia Montenegro
51 3632.2622
Farmácia Montenegro - Filial
51 3632.3351

Não-Me-Toque
Farmácia Santa Júlia
54 3332.3110
54 99923.3110

Novo Hamburgo
Proderma
51 3595.3397 / 3035.3397
51 99978.9509

Passo Fundo
Natupharma - Brasil Oeste
54 3313.4243
54 99669.7175
Natupharma - Uruguai
54 3317.3676
Natupharma - Paissandu
54 3312.2400 / 3313.2668
Natupharma - Morom
54 3317.4200 / 3317.2464
Natupharma - 10 de abril
54 3311.2571

Pelotas
Botica Pelotense
53 3229.1313
53 98134.6263
Uso Indicado
53 3225.2221
53 98126.5455
Uso Indicado Uni
53 3227.2202
53 98135.4384

Portão
Antiqua Pharmacia
51 3562.2393

Porto Alegre
A Farmathuia
51 3342.4266

Dermo Moinhos
51 3314.9999
51 99552.0648

Dermogral - Centro
51 3287.6000
51 98505.1896
51 98406.0285

Dermogral - Zona Norte
51 3287.6000
51 98406.9553

Farmácia Amplo Espectro - Nilo Peçanha
51 3328.2851
51 99366.1704

Farmácia Amplo Espectro - Shopping João Pessoa
51 99366.5771

Fitonfarma
51 3023.3333

Matéria Pura
51 3222.0164
51 985951379

Officinalis
51 3028.0414
51 99986.8274

Pharmacus
51 3222.8544
51 98144.1164

Spengler
51 3311.3314 / 3311.5669
51 99922.4743

Rio Grande
Homeopathus - Silva Paes
53 3035.2619
53 99122.2819

Homeopathus - Galeria
53 3035.1850

Santa Cruz do Sul
Dermatologe - Matriz
51 3715.3016

Dermatologe - Filial
51 3715.1448

Santa Vitória do Palmar
Farma Vida
53 3263.1076

São Gabriel
Farmácia Manipulato
55 3232.3747

São Jerônimo
Florata
51 3651.2562

São Leopoldo
Fármaco Ativo
51 3589.2003

São Sebastião do Caí
Farmácia Botânica
51 3635.1124
51 98599.1617

Tapejara
Naturativa
54 3344.3000
54 99921.3290

Taquara
Fracionatta
51 3542.4680
51 99776.4975

Torres
Sealife
51 3626.1519

Vacaria
Pharma Pura
54 3232.1875
54 98419.8302

Vale Real
Hamamélis Farmácia
51 3637.0123

Venâncio Aires
Farmácia Bem Ativa
51 3741.1953
51 98109.5867

Viamão
Fitomisturas
51 3045.1636
Fitomisturas
51 3435.5569

RONDÔNIA

Espigão do Oeste
Phd Fórmula
69 3481.1222

SANTA CATARINA

Balneario Camboriú
Eficácia Farmácia
47 3367.2553
47 99903.0420

Biguaçu
Farmácia Biguaçu
48 3285.8080
Farmácia Biguaçu - filial
48 3066.3232

Blumenau
Dermaestética
47 3322.3066
47 99145.2341

Brusque
Dermavita
47 3351.1212 / 3355.5525

Criciúma
Beladerm
48 3433.0107
48 99920.9166

Florianópolis
Dermús Phaarma
48 3027.7700

Gaspar
Dermaestética
47 3332.0933
47 98497.4194

Itajaí
Eficácia Farmácia
47 3241.0100
47 99903.0420

Itapema
Eficácia Farmácia
47 3368.9035
47 99903.0420

Joinville
Botica do Valle
47 3027.7597
Botica do Valle
47 3432.7403

Mafra
Artepharma
47 3642.0391
47 3642.5152

São Miguel do Oeste
Dermobel
49 3622.1673
49 984080524

Tubarão
Maria Rocha
48 3622.1880
48 99935.9225

SÃO PAULO

Americana
Farma Vida
19 3471.4333
19 99179.4525

Barretos
Manipulart
17 3322.6015

Barueri
Farmácia Herbes
11 98434.1293

Bragança Paulista
Alquimia
11 4034.4000
11 99915.5859

Caçapava
Magistral Fórmulas
12 3652.6600
12 3653.2198

Campinas
Ao Pharmacêutico
19 3254.6966
19 99471.7641

Guaratinguetá
Unifarma
12 3122.6019
12 99713.6019

Guarujá
Ao Pharmacêutico - Leomil
13 3387.6600
Ao Pharmacêutico - Vicente de Carvalho
13 3342.8859

Itapetininga
Coop Life Fórmulas
15 3271.7220
15 98837.0005

Itapira
Fórmula Viva
19 3863.5320

Jales
Pharmacia Personna
17 3621.5880
17 99783.5069

Jundiaí
Art Med
11 4583.1438
11 97644.3809

Lins
Bio Farma
14 3522.1000

Marília
Orvalho Farmácia
14 3432.3075
14 99743.0233

Matão
Di Hervas
16 3282.3554

Nova Odessa
Farma Vida SP
19 3498.2755
19 99245.7254

Osasco
Fitofar
11 3699.2025
11 99585.1108

Pederneiras
Zanqui
14 3283.9334
14 98107.0065

Piracicaba
Proderma Centro
19 3447.7000
19 99883.9009
Proderma Vila Rezende
19 3421.2112
19 99811.3752

Praia Grande
Ao Pharmacêutico - Praia Grande
13 3591.5757

Presidente Prudente
Botica Magistral
18 3221.4334
18 98175.0921

Promissão
Bio Farma
14 3541.7576

Ribeirão Preto
Liane
16 3620.7300
16 98132.1553

Santa Bárbara d'Oeste
Anna Terra
19 3455.1216

Santos
Ao Pharmacêutico - Ana Costa
13 3223.2330
Ao Pharmacêutico - Galeão
13 3289.5858
Ao Pharmacêutico - Pedro Lessa
13 3271.7200
Ao Pharmacêutico - Pinheiro
13 4009.5800
Ao Pharmacêutico - Ponta da Praia
13 3261.7707
Ao Pharmacêutico -Call Center
13 2104.5858

São Carlos
Farmácia Kalmia
16 3372.8889

São José do Rio Preto
Formulário
17 3211.1800

São Paulo
Dermofit
11 2985.9219
Empório Magistral - Vila Mariana
11 5089.5123
Farmácia Herbes - filial
11 3222.7344
11 98434.1293
Medicativa
11 3666.5577
11 95737.0138
Natuvita
11 5041.5017
Rhamus
11 3034.0949

São Vicente
Ao Pharmacêutico - Jacob
13 3469.7411
Ao Pharmacêutico - Pres. Wilson
13 3467.3770

Vinhedo
Medicatus
19 3876.6411
19 99802.3483

SERGIPE

Aracaju
Tarja Branca
79 3214.2672 / 3214.9488
76 99140.4344

TOCANTINS

Palmas
Suprafarma
63 3215.6110

PURIS

A sua pele **sempre linda e saudável!**

A SAÚDE DA SUA PELE, DO SEU CORPO E DAS SUAS ARTICULAÇÕES TEM UM NOVO ALIADO!

CONHEÇA O NOSSO ALIMENTO PROTEICO PARA PREPARO DE BEBIDAS RICO EM COLÁGENO, MINERAIS E VITAMINAS.

Sabor limão



Conheça todos os produtos Puris. **purisnutri.com.br**