








**Avaliações
GRATUITAS**



Saiba seu peso ideal:



Dicas de beleza:

Agenda do bebê:

Tudo sobre
Saúde

[Afta](#)
[Avaliação Menopausa](#)
[Dietas](#)
[Pasta de dentes](#)
[Cicatrização](#)
[Clareamento dental](#)
[Corrimento](#)
[Coluna](#)
[Canal](#)
[Dislexia](#)
[Depressão](#)
[Dicção](#)
[Endometriose](#)
[Fadiga](#)
[Gengiva](#)
[Gravidez tardia](#)
[Gripe](#)
[Herpes](#)
[Homeopatia](#)
[Hormônios](#)
[Hiperidrose](#)
[Implantes dentários](#)
[Impotência sexual](#)
[Lentes de contato](#)
[Labirintite](#)
[Libido](#)
[Lentes de contato](#)
[Mau hálito](#)
[Má digestão](#)
[Metabolismo](#)
[Micoses](#)
[Ortodontia](#)

Ginástica facial a técnica mais nova e moderna para o rejuvenescimento

Visando um custo-benefício melhor e mais saudável, sem envolver cremes e bisturis, ginástica facial é revolucionária no tratamento anti-envelhecimento

A preocupação da maioria das mulheres que chegam aos 30 anos é com o envelhecimento da pele. Pensando nisso, explorei uma técnica que previne e combate o envelhecimento: **a ginástica facial**.

O diferencial desse tratamento é que os procedimentos são realizados sem o auxílio de cirurgias plásticas, laser ou botox, ou seja, sem qualquer tipo de sofrimento. O paciente aprende diversos tipos de exercícios de contração muscular as chamadas caras e bocas de acordo com o seu diagnóstico, e os primeiros resultados podem ser notados a partir da quarta semana de treinamento.



O tratamento é recomendado para pessoas a partir dos 25 anos, idade em que a pele começa a perder colágeno e elastina, o que facilita a flacidez e o surgimento de rugas.

A primeira fase da ginástica facial dura entre 3 e 6 meses e é realizada com base na motricidade oral, que é a adequação

das funções estomatognáticas (mastigação, deglutição, respiração e sucção). A fase seguinte é fundamentada em atividades físicas, realizadas semanalmente, dentro e fora do consultório. Após a obtenção dos resultados desejados, as atividades obedecem a intervalos que podem chegar a 3 meses.

Links relacionados

- Beleza natural: pele e cabelos impecáveis dependem de poucos cuidados
- Conheça melhor o trabalho da dra. Valesca Resende
- Máscaras faciais que deixarão sua pele impecável
- No nosso shopping, você encontra os melhores produtos

[Ortorexia](#)
[Peso ideal](#)
[Prisão de ventre](#)
[Preservativos](#)
[Próstata](#)
[Reposição hormonal](#)
[Retenção de líquido](#)
[Ressaca](#)
[Ronco](#)
[Tireóide](#)
[TPM](#)
[Varizes](#)

Tudo Sobre

[Alimentação](#)
[Bebê](#)
[Beleza](#)
[Bem-Estar](#)
[Casa](#)
[Esporte](#)
[Saúde](#)

Assine a newsletter

Nome:
 E-mail: **OK**

Participe do fórum >> Quais são os seus truques para enganar o tempo e permanecer com a pele sempre jovem?



Comentários 2 | [Envie para um amigo](#)

Dê sua nota: **OK**



Avaliação gratuita

Saiba seu peso ideal e dietas recomendadas

receber



Guia de Beleza

Receba dicas personalizadas para cuidar da sua pele e dos seus cabelos.

Minha pele

Meus cabelos

receber



GRÁTIS

Receba dicas sobre gestação e cuidados com o bebê

tem filho(s)?

receber

Quer medi

Clique na
segure



"As informações e sugestões contidas nesse site têm caráter meramente informativo, e não substituem o aconselhamento e o acompanhamento de médicos, nutricionistas, psicólogos e profissionais de educação física."

[HOME](#) | [QUEM SOMOS](#) | [POLÍTICAS](#) | [ANUNCIE](#) | [FALE CONOSCO](#) | [NEWSLETTER](#)

Copyright 2006/2007 Minha Vida - Todos os direitos reservados