

E-BOOK



COLÁGENO

Turbo

A RECEITA SIMPLES PARA UMA
PELE FIRME, CABELOS FORTES,
UNHAS SAUDÁVEIS E ARTICULAÇÕES



PELE MAIS
FIRME E JOVEM



CABELOS MAIS
FORTES E
BRILHANTES



UNHAS MAIS
RESISTENTES



ARTICULAÇÕES
MAIS SAUDÁVEIS



RECEITA
SIMPLES
E PODEROSA



O CUIDADO QUE SEU CORPO MERECE,
DE DENTRO PARA FORA!





O QUE É O COLÁGENO

e por que ele é tão importante?



O colágeno é a proteína mais abundante do nosso corpo e atua como uma **“cola natural”** que dá sustentação, firmeza e elasticidade aos tecidos.

Ele está presente na pele, cabelos, unhas, ossos, cartilagens, tendões e ligamentos.

Com o passar dos anos, a produção natural de colágeno diminui, o que pode causar flacidez, rugas, cabelos fracos, unhas quebradiças e dores nas articulações.



A boa notícia? Você pode estimular a produção de colágeno de forma simples, natural e deliciosa!



BENEFÍCIOS DA RECEITA



PELE MAIS FIRME E JOVEM

Ajuda a melhorar a elasticidade, firmeza e aparência da pele.



CABELOS MAIS FORTES E BRILHANTES

Fortalece os fios, reduz a queda e estimula o brilho natural.



UNHAS MAIS RESISTENTES

Reduz a quebra e ajuda no crescimento saudável das unhas.



ARTICULAÇÕES MAIS SAUDÁVEIS

Contribui para a lubrificação e saúde de ossos, tendões e cartilagens.



AÇÃO ANTIOXIDANTE

Ingredientes que ajudam a combater os radicais livres e o envelhecimento precoce.



DICA IMPORTANTE

Resultados aparecem com **consistência!** Use a receita diariamente e mantenha bons hábitos de alimentação, hidratação e sono.

A RECEITA

Simple, natural e poderosa para cuidar de você todos os dias!



INGREDIENTES



1 COLHER DE SOPA de gelatina incolor sem sabor



200 ML de água morna



SUCO DE ½ LIMÃO



1 COLHER DE SOPA de vinagre de maçã



1 COLHER DE CHÁ de cúrcuma (açafrão-da-terra)



1 COLHER DE CHÁ de mel (opcional)

MODO DE PREPARO

- 1 Coloque a água morna em um copo.
- 2 Adicione a gelatina incolor e misture até dissolver completamente.
- 3 Acrescente o suco de limão.
- 4 Adicione o vinagre de maçã.
- 5 Coloque a cúrcuma e misture bem.
- 6 Se desejar, acrescente o mel para suavizar o sabor.
- 7 Consuma logo após o preparo.

COMO TOMAR



PELA MANHÃ
1 copo em jejum.

OU



À NOITE
30 minutos antes de dormir.



OBRIGADA!

VOCÊ DEU UM PASSO
IMPORTANTE POR VOCÊ!



Seu cuidado diário é o que vai transformar sua pele, seus cabelos, suas unhas e sua saúde de dentro para fora.

Confie no processo, seja consistente e celebre cada pequena conquista!



VOCÊ
MERECE O
MELHOR!

CONTINUE CUIDANDO DE VOCÊ



**BEBA
BASTANTE ÁGUA**

Hidrate seu corpo todos os dias.



**MEXA-SE
TODOS OS DIAS**

Atividade física é saúde e disposição.



**DURMA
BEM**

Uma boa noite de sono renova o corpo e a mente.



**ALIMENTE-SE
BEM**

Escolhas saudáveis geram mais energia e bem-estar.



Lembre-se:



VOCÊ ESTÁ CONSTRUINDO A SUA MELHOR VERSÃO!

**ESTE É APENAS O COMEÇO DE UMA
NOVA FASE NA SUA VIDA!**



Com carinho, para você!