



Mais para si.

Cien

BELEZA INTELIGENTE



Cien

A escolha da mulher moderna

O padrão de beleza mudou. Hoje, a imagem é muito mais do que uma aparência bonita. É atitude e autenticidade. A beleza inacessível foi conquistada pela mulher inteligente da vida moderna que sabe escolher **excelência ao melhor preço**. Uma mulher intuitiva, dinâmica, livre, que procura a melhor versão de si própria e que se orgulha das escolhas que faz. A mulher que escolhe a **beleza inteligente**. A mulher que escolhe o melhor. A mulher que escolhe **Cien**.





Índice

Cuidado Capilar ~~~~~	04
Gama Cabelo ~~~~~	06
Styling ~~~~~	20
Cuidado Corporal ~~~~~	24
Limpeza ~~~~~	26
Hidratação ~~~~~	33
Cuidado Facial ~~~~~	40
Limpeza ~~~~~	42
Cremes de Rosto:	
Todas as Idades ~~~~~	44
Primeiras Rugas ~~~~~	45
Rugas Pouco Acentuadas ~	48
Peles Maduras ~~~~~	49
Peles Muito Maduras ~~~~~	51
Complementos ~~~~~	52
Deo ~~~~~	56
Shaving ~~~~~	60
Espuma/ Gel/ After ~~~~~	62
Depilação ~~~~~	64
Cuidados Extra ~~~~~	66





Cuidado

Capilar

Os cabelos são uma parte importante da imagem feminina e uma expressão da personalidade. Hoje em dia, para ter um **cabelo bonito, saudável e brilhante**, a mulher sabe que é muito **mais inteligente** investir num **ritual diário de bons cuidados capilares** do que em produtos caros ou em idas dispendiosas ao cabeleireiro. É por isso que as mulheres confiam na **linha capilar Cien**, uma linha exclusiva do Lidl que tem todos os produtos de que o cabelo precisa para andar **hidratado, forte, sedoso, cintilante e perfumado**. Descubra os produtos Cien e escolha o melhor para o seu cabelo.

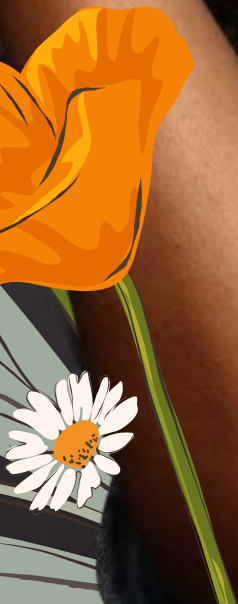


Cien®
Champô Seco
nº157246

**NOVOS
NO CATÁLOGO**



Cien



Nature

Cuidar do cabelo com toda a naturalidade

Vegan, a gama Cien Nature que é composta por **cosmética natural certificada Natrue®**, cuida do cabelo de forma suave e não agressiva, sendo, por isso, ideal para o couro cabeludo sensível. As suas **fragâncias 100% naturais**, à base de **extratos de fruta e ervas**, deixam o cabelo perfumado por muito tempo e com o brilho dos **cabelos naturalmente saudáveis**.

Esta deliciosa gama sustentável permite-lhe cuidar da beleza do seu cabelo e da saúde do planeta.



O selo Natrue® promove a cosmética natural e orgânica.

Saiba mais
AQUI



Embalagem com 100% de plástico reciclado (exceto tampa e rótulo)



Cien Nature®
Champô Nature
nº158151

Cien Nature®
Condicionador Nature
nº158153



A saúde do cabelo e do ambiente em estado sólido

Cien



Cien Nature®
Champô Sólido Nature
nº161428

Cien Nature®
Condicionador Sólido Nature
nº167019

Vegan

Sabia que... cada champô sólido dá para 50 lavagens o que equivale, aproximadamente, a um frasco de champô tradicional com cerca de 235ml, o que faz destes champôs aliados da sustentabilidade e amigos do planeta.

Saiba mais AQUI

Mais para o planeta, mais para si

Cien Nature: uma gama mais consciente.

A proteção do clima é uma das nossas prioridades. Esta gama é vegan e composta por ingredientes naturais com menor impacto ambiental, protegendo o planeta.

MAIS LIDL

lidl.pt/sustentabilidade

Nature's Beauty



Embalagens de champô e condicionador com 50% de plástico reciclado (exceto tampa e rótulo)

Cien®
Champô Nature's Beauty
nº136846

Cien®
Condicionador Nature's Beauty
nº136839

Cien®
Máscara Nature's Beauty
nº156307

Uma explosão de benefícios para o cabelo, compostos na sua maioria por ingredientes de origem natural. O **óleo de argão** trata o cabelo seco e sem brilho, deixando-o **nutrido, liso, suave e fácil de pentear**. O **óleo natural de azeitona** trata o cabelo seco e danificado, deixando-o **hidratado, regenerado, macio e cheio de vida**. E o **mel de Manuka** trata o cabelo frágil e quebradiço, deixando-o **forte, saudável** e incrivelmente **brilhante**.

Hair Fruits



A gama **Cien Hair Fruits**, feita com uma elevada percentagem de ingredientes de origem natural, é o paraíso dos **cabelos secos**. A **papaia** limpa e hidrata o cabelo, controla a caspa, estimula o crescimento e deixa o cabelo com um brilho espetacular.

A **banana** nutre e hidrata o cabelo, protege-o das pontas espigadas, combate o frizz, evita a queda e deixa o cabelo saudável com um delicioso aroma a fruta.

Vegan

Saiba mais
AQUI



Embalagens de champô e condicionador com 100% de plástico reciclado (exceto tampa e rótulo)

Cien®
Champô Hair Fruits

nº162622

Cien®
Condicionador Hair Fruits

nº162624

Cien®
Máscara Cabelo Hair Fruits

nº148894

Dicas para ter um cabelo mais bonito e saudável



LAVAGEM:

Lave o cabelo com **água morna**.
Use produtos para **o seu tipo de cabelo**.
Uma vez por semana, aplique uma **máscara**.
Massaje, não esfregue o couro cabeludo.
Ao enxaguar, termine com **água fria**.
Seque o cabelo com uma toalha, sem esfregar.



SECAGEM:

Penteie **suavemente** o cabelo.
Use o secador a **15 cm de distância**.
Evite **temperaturas muito altas**.
Use um **protetor térmico**.
Evite o **uso de pranchas**.
Aplique um **sérum** nas pontas.



ESTILO DE VIDA:

Beba água.
Siga uma **dieta equilibrada**.
Se necessário, tome um **suplemento**.
Corte o cabelo a cada 3 meses.
Durma bem.
Faça **exercício físico**.





Cien



Cien®
Champô com Queratina
nº5708076



Cien®
Condicionador com Queratina
nº5708081



Cien®
Máscara de Cabelo com Queratina
nº5706269

A pensar nos vários tipos de cabelo, a **Cien** criou um conjunto de três produtos, champô, condicionador e máscara, **enriquecidos com queratina** e com **óleos naturais de argão, bambu e jojoba** para um cuidado de excelência dos **cabelos lisos, encaracolados e danificados**. Seja qual for o seu caso, sentirá o cabelo mais **suave e liso**, mais **definido e brilhante** e mais **hidratado e saudável** a cada utilização.

Hair Vital



Recupere a vitalidade do cabelo

A gama **Cien Hairvital** foi criada, como o nome indica, para **recuperar a vitalidade perdida dos cabelos apagados, sem brilho, estragados, desvitalizados, pintados, enfraquecidos e propensos à queda**. O uso regular dos champôs e amaciadores Hairvital devolve a saúde e o brilho aos cabelos sem vida, revitalizando-os e acabando, assim, com o pesadelo de tantas mulheres.



LONG & STRONG

Ideal para **cabelos longos e danificados**.

Graças à sua fórmula anti-queda, o cabelo mantém-se brilhante, macio e sedoso durante mais tempo.

Vegan



INTENSIVE REPAIR

Ideal para **cabelos estragados e desvitalizados**, a sua fórmula especial cuidado intensivo fortalece o cabelo, deixando-o suave, brilhante e cheio de vitalidade.



COLOR & BRILLIANCE

Ideal para **cabelos pintados ou enfraquecidos**, a sua fórmula à base de óleo essencial, extrato de pérolas e filtro UVA-UVB regenera o cabelo deixando-o saudável e com uma cor e um brilho espetaculares.

Cien®
Champô Hairvital
n°133026

Cien®
Condicionador Hairvital
n°133014

Provitamina

Dê um banho de vitaminas ao seu cabelo

A gama **Cien Provitamina**, rica em **provitamina B5**, também conhecida por **pantenol**, **hidrata** profundamente e **fortalece** o cabelo desde a raiz, garantindo um cuidado completo e adequado às várias necessidades capilares.



PROTEÇÃO DA COR & BRILHO
Ideal para **cabelos pintados** que precisam de cuidados extra.

Vegan



VOLUME & NUTRIÇÃO
Ideal para **cabelos finos e sem volume** que precisam de nutrição.

Vegan



REPARA & PROTEGE
Ideal para **cabelos danificados e cansados** que precisam de uma nutrição profunda.

Vegan

Cien®
Champô Provitaminas
nº8197
Cien®
Condicionador Provitaminas
nº8464



Vegan

2 EM 1

Os **champôs 2 em 1 Provitamina da Cien** têm a grande vantagem de aliar num só produto os benefícios de **limpeza** de um champô provitaminas aos benefícios de **hidratação e cuidado** do condicionador. São mais económicos e muito práticos para os momentos do dia que exigem mais pressa.

Cien®
Champô 2 em 1 Provitaminas

nº8463

Cien®
Champô Provitaminas Clássico

nº113874



Cien®
Máscara de Cabelo

nº5714785/ 5718309

MÁSCARA CABELO REPARAÇÃO TOTAL

Fórmula especial com **provitamina B5** e **queratina** para regenerar a beleza do cabelo.



SPRAY BIFÁSICO

Condicionador Bifásico Repara & Protege, indicado para a **reparação e hidratação do cabelo**.

Contém queratina, extrato de caviar, proteínas de seda, extrato de âmbar, arginina e um complexo de ingredientes hidratantes que em conjunto **facilitam o pentear**.

Contém filtros UV.

Cien®
Spray Condicionador Bifásico

nº5700894



Cien®
Champô Anticaspa
 n°88436

Vegan

Champô com PH neutro para a pele.

LIMÃO
 Para cabelos oleosos.

CLÁSICO
 Para cabelos secos.

MAÇÃ
 Para todos os tipos de cabelo.



Cien®
Champô Antiqueda
 n°5718314

NOVO
 NO CATÁLOGO

Cuidado capilar em formato familiar



NOVO
 NO CATÁLOGO

Cien®
Champô Familiar
 n°1370

Cien®
Champô Familiar
 n°1370

Cien®
Condicionador Familiar
 n°5715546

Argão

Cien

O **argão** é uma verdadeira fonte de benefícios para a **saúde capilar** graças ao seu **efeito hidratante e reparador que mantém o cabelo visivelmente saudável**. Os seus ácidos gordos contribuem para a lubrificação e manutenção da humidade do cabelo, favorecendo, assim a sua **hidratação** e **prevenindo a sua queda**. Além de **ajudar a desembaraçar o cabelo**, o argão protege-o das fontes de calor e **repara os fios mais danificados**. Altamente versátil, o óleo de argão junta ainda a importante função de **proteger o cabelo dos danos causados pelo sol**. É, sem dúvida, um ingrediente verdadeiramente poderoso.

Saiba mais
AQUI



Cien®
Champô de Argão
nº5712496

As suas propriedades **reparadoras e hidratantes**, ideais para cabelos secos e indisciplinados, deixam o **cabelo mais liso e sedoso**.



Cien®
Óleo de Argão
nº5702733

Este óleo fortalecedor, de textura leve e de rápida absorção, facilita o pentear e deixa o **cabelo cuidado, macio, nutrido e muito brilhante**.



Cien®
Máscara de Cabelo Argão
nº5712495

Muito nutritiva, esta máscara cria uma **película protetora** no cabelo que **sela as pontas espigadas** e deixa o cabelo com um **aspecto liso acetinado**.

Queratina

Cuide do cabelo como um profissional

A **queratina** é a proteína responsável pela saúde do cabelo. Quando o cabelo tem falta desta proteína, fica desidratado, fraco, quebradiço e exige cuidados especiais. A pensar nesta exigência, a **Cien** criou a gama **Profissional Cien** enriquecida com **queratina e óleo de macadâmia** que oferece aos cabelos um cuidado intensivo e reparador igual ao que encontra no seu cabeleireiro.



Cien®
**Champô/
Condicionador
Profissional**

nº5701507



Cien



Cien®
**Champô Profissional
Reparador**

nº92853

Cien®
**Condicionador
Profissional Reparador**

nº92854



**Ideal para todo
o tipo de cabelos**



**Proteção profissional
contra o calor da
prancha e do secador.**
Controlo do
encrespamento e da
humidade do cabelo.



Cien®
**Laca Profissional
Volume Queratina**

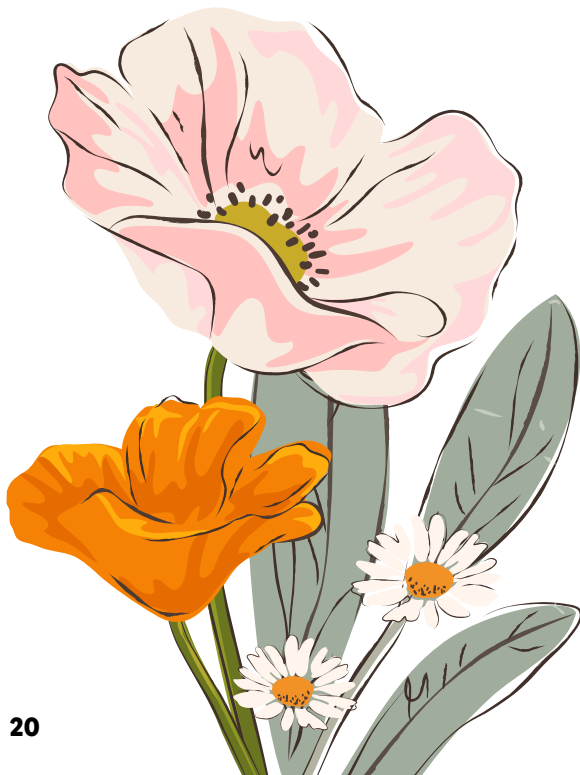
nº92855

Cien®
**Spray Protetor
Calor Queratina**

nº99842

Beleza fixante

As **espumas e lacas vegan Cien**, dão volume e definição aos cabelos, deixando-os definidos durante mais tempo. Escolha o grau de fixação consoante o penteado que pretende.



Vegan

Cien®
**Laca Spray
para Cabelo**
n°8173

Cien



ULTRA FORTE
Para uma fixação
extrema, com
provitamina B5.



VOLUME
Para um cabelo com **mais**
volume sem secar.



CARACÓIS

Fórmula para caracóis perfeitos, com pantenol e filtro UV, dá uma maior duração aos seus caracóis. Proporciona um acabamento perfeito e uma definição por mais de 48h.



Cien®
**Espuma
de Cabelo**
nº141075

Para eles

A pensar no homem moderno, prático mas exigente, a Cien criou a linha **Cien Men** que respeita as necessidades da beleza no masculino.



Cien®
**Champô
para Uso
Frequente**
n°8059



Cien

3 em 1



Especialmente desenvolvido para atender às exigências dos homens práticos, este **gel de duche revitalizante e champô suave**, num só produto, oferece a garantia de uma **limpeza e de um cuidado profundos da pele e do cabelo**.



Cien®

**Gel de Banho/
Champô para
Homem 3 em 1**

nº91976



GEL MODELADOR

Wet-Look - Nível 8 para um penteado duradouro e **brilhante com efeito molhado**.
Power - Nível 9 para uma fixação extrema durante 24h. **Estilo profissional, sem colar**.



Embalagem com 55% de plástico reciclado (exceto tampa)

Cien®

Gel para Cabelo

nº8567





Cuidado

Corporal

Sabemos que quando cuidamos do corpo, o corpo cuida de nós. Cuidar do corpo passou a ser, acima de tudo, uma questão de bem-estar, de equilíbrio entre o corpo e a mente. A pensar nos cuidados de beleza com saúde, a **Cien** desenvolveu produtos de excelência para todo o tipo de peles, com **fórmulas hidratantes, hipoalergénicas, enriquecidas com óleos naturais** que limpam em profundidade ao mesmo tempo que **cuidam da pele**. Conheça a beleza corporal da Cien e descubra por que razão lhe chamam **beleza inteligente**.





Sabonetes que são uma barra em nutrição



Cien®
Sabonete Sólido
nº24736

GLICERINA

É rica em **propriedades hidratantes** que repõem os níveis de água na pele. O seu uso regular promove a retenção da humidade na pele, hidratando-a, **protegendo-a de agressões externas** e dando-lhe um **aspeto mais jovem**.



Cien®
Sabonete de Glicerina
nº6206371

A importância do sabonete certo para cada momento

A lavagem das mãos tornou-se um gesto de grande importância mas é fundamental sabermos escolher o sabonete ideal. O **sabonete líquido de glicerina Cien**, além de **hidratar** em profundidade e de **reforçar a barreira da pele**, assegura uma higienização muito eficiente. A pele fica hidratada e as mãos limpas e protegidas. O **sabonete líquido Cien Neutralizador de Odores** é enriquecido com vitamina C, tem uma ação antioxidante, limpa eficazmente as impurezas e elimina os odores mais persistentes. Dois produtos para ter sempre à mão em várias ocasiões e nas tarefas domésticas.

Saiba mais
AQUI



Cien®
Sabonete Líquido Glicerina/ Neutralizador de Odores

nº5709821



Cien®
Sabonete Líquido

nº5514468



Cien®
Sabonete Líquido Recarga

nº5514498

MOMENTOS ZEN

A leveza da espuma,
a beleza do momento



Cien®
**Sabonete
Líquido em
Espuma**

nº5707203

Por que não fazer da lavagem das mãos um momento **ZEN**? Por que não ter sempre à mão um **SPA** e deixar soltar um prolongado **OM** enquanto a água escorre? Para que a lavagem das mãos possa ser, também, um momento de beleza relaxante, a Cien criou estes três sabonetes em espuma que lavam, cuidam e relaxam.



Embalagem com 40%
de plástico reciclado
(exceto tampa)



Cien®
**Espuma
de Banho**

nº5514444



Estas **espumas de banho Cien**, com uma **fórmula hidratante**, são ideais para quem gosta de um banho diário verdadeiramente relaxante e revigorante ao mesmo tempo que quer ver a **pele hidratada, lisa e suave**.

Nature

Mais para o planeta, mais para si

Cuide de si em harmonia com o ambiente.

A gama Cien Nature é uma gama de cosmética natural certificada, vegan e com embalagens ecorresponsáveis.



MAIS
LIDL

lidl.pt/sustentabilidade

O Gel de duche com óleo de espinheiro marítimo ou citrinos, ambos de cultivo biológico controlado limpa a pele de modo suave. A fórmula ajuda a manter o equilíbrio natural da pele enquanto o aroma estimulante dos óleos essenciais revigora os sentidos.



Cien Nature®
**Bodylotion
Citrinos/
Espinheiro Bio**
n°158149

Cien Nature®
**Gel de Duche
Citrinos/
Espinheiro Bio**
n°158147



Embalagem com 100% de plástico reciclado (exceto tampa e rótulo)





COCO

O **Coco** tem propriedades únicas que acalmam, suavizam, hidratam e **reforçam as barreiras naturais da pele**. Os produtos **Cien** enriquecidos com Coco penetram rápida e profundamente na pele, deixando-a **hidratada, revitalizada e muito mais macia**.



Cien®
**Gel de Banho de Coco/
Argão/ Leite e Mel**

nº5718226/ 5718904/ 5719009

**NOVOS
NO CATÁLOGO**

ALOÉ VERA

Os antigos egípcios chamavam-lhe a planta da imortalidade. **Rica em vitaminas, enzimas, minerais e aminoácidos**, a aloé vera é altamente poderosa a **hidratar, nutrir e limpar a pele**, além de **tratar das irritações** e de **retardar o seu envelhecimento**. Uma aliada a ter sempre à mão.



AVEIA

A Aveia é um excelente aliado da beleza da pele. O seu poder altamente **hidratante** deixa a pele nutrida, muito macia e cuidada. Além disso, a aveia estimula a produção de **colagénio e de elastina**, o que deixa a pele mais firme e rejuvenescida.



Cien®
**Gel de Banho de
Aloé Vera/ Aveia**

nº5718902/ 5708231



Cien®
**Gel de
Banho 98%
Ingredientes
Naturais**

nº5717312



Para peles secas e maduras. Contém **91%** de ingredientes de origem natural.

Cien®
**Gel de
Banho Q10**

nº5705885



Cien®
**Creme de
Duche**

nº138047

CACAU

A **manteiga de cacau** preserva o equilíbrio natural da hidratação da pele, proporcionando uma **sensação de pele mais suave**. Especialmente desenvolvido para **peles secas**.

FLOR DE LÓTUS

O perfume inebriante envolve a sua pele e eleva os sentidos para o mundo delicado da **flor de lótus** e das **notas frutadas da fragância**.

AMÊNDOAS

O **óleo delicado de amêndoas doces** preserva o **equilíbrio natural da pele**, limpando-a delicadamente e conferindo-lhe uma sensação de **pele** especialmente **macia**.

Hidratação

Quando a hidratação é a palavra-chave, o melhor é recorrer a cremes que garantam uma hidratação profunda e duradoura da pele. Se complementar com um gel ou creme de banho que **limpe delicadamente a pele**, deixando-a simultaneamente **nutrida e bem cuidada**, o resultado só pode ser perfeito.



Cien®

Loção Corporal Especial

- Nas variedades: Q10, ureia ou vital
nº98716

Cien®

Leite Corporal

- Nas variedades: amêndoas ou argão
nº5701509/ 5701510



Ideal para pele **normal a seca, muito seca, danificada ou envelhecida**, este gel com efeito hidratante e refrescante, **protege, suaviza e regenera a pele**. É ideal após exposição ao sol, atividades físicas ou depilação. A sua aplicação regular previne e reduz a pigmentação provocada pelo sol.

Saiba mais
AQUI

Cien®
Hidro Gel Aloé Vera
nº5714753

CREME HIDRATANTE

Desenvolvidos para **todo o tipo de peles**, são indicados quer para o corpo quer para o rosto. O **Creme Soft**, enriquecido com óleo de jojoba e manteiga de karité, oferece-lhe uma hidratação intensiva com Vitamina E, ao longo de 24h, enquanto o **Creme Clássico**, enriquecido com óleo de grainhas de uva e manteiga de karité, dá à sua pele um cuidado nutritivo mais reforçado durante 48h.



Cien®
Creme Hidratante
nº8048

Enriquecida com **óleo de abacate** e ideal para peles normais, esta loção **hidrata durante 24h**. De fácil aplicação e absorção, não deixa a pele oleosa, mantendo-a **cuidada, suave e bonita por mais tempo**.

Vegan



Cien®
Leite/ Loção Corporal
nº8058



Com **óleo de amêndoas** e ideal para peles secas, este leite foi desenvolvido para um **cuidado e uma hidratação 24h**. Acalma a pele seca e áspera conferindo-lhe uma **maior suavidade e um cuidado diário**.

Vegan



Três cremes, os mesmos benefícios

Cuidam da pele com suavidade, **hidratam** em profundidade, **umentam a elasticidade da pele**, **previnem o aparecimento de estrias**, **protegem** da secura, têm sobre a pele um efeito **calmante**, **retardam o envelhecimento** e protegem a pele das agressões exteriores. Nas variedades **argão, coco e azeitona**.

Saiba mais
AQUI

Cien



Cien®
Creme Corporal Azeitona
nº5712313



Cien®
Creme Corporal Argão/ Coco
nº5715607



Vegan



Manteiga e esfoliante corporal, para uma hidratação intensa

O óleo esfoliante corporal, com fórmulas com sais minerais do mar morto e aroma de coco ou manga, **limpa, renova e hidrata a pele**. Deve aplicar-se **1 a 2 vezes por semana**, sobre a pele húmida, massajar suavemente e enxaguar com água.

As delicadas fórmulas da manteiga corporal, com manteiga de manga ou óleo de coco, hidratam a pele intensamente enquanto cativam os seus sentidos com a sua fragrância frutada. Indicadas para **peles secas a normais**.



Cien®
Esfoliante Corporal Coco/ Manga
nº176562



Cien®
Manteiga Corporal Coco/ Manga
nº38468

10 dicas para combater a Celulite



Siga uma boa
alimentação



Beba (muita)
água



Evite o sal



Faça exercício



Termine o banho
com água fria



Use um bom
hidratante



Use cremes
para a celulite



Coma vegetais
com frequência



Faça exfoliação
à pele



Não use roupa
apertada

Beleza sem altos e baixos

Cien

Já é possível **combater a celulite sem gastar uma fortuna**, com estes dois produtos Cien que **eliminam a aparência casca de laranja** que a pele adquire devido ao acúmulo excessivo de gordura.

Saiba mais
AQUI



EFECTO QUENTE
Este gel, de **efeito quente**, tem uma **tripla ação no combate à celulite: diminui a celulite, reduz a gordura e reafirma a pele**. Graças à ação da **centelha-da-índia** este gel também **diminui o aspeto “casca de laranja”**. Além da sua poderosa ação no combate à celulite, o efeito calor proporciona uma sensação de bem-estar e de relaxamento.



EFECTO FRÍO
Este gel, de **efeito frio**, produz uma baixa de temperatura na pele à qual o corpo reage **queimando gordura**. Ao mesmo tempo que queima gordura, este gel **estimula a circulação, reduz a retenção de líquidos e previne o aparecimento de varizes**, sendo por isso ideal para quem tem as pernas inchadas e cansadas.

Cien®
**Gel
Anticelulite**

nº5702757

Pés & Mãos



Embalagem com 50%
de plástico reciclado
(exceto tampa)



BÁLSAMO PARA PÉS

Especialmente desenvolvido para um cuidado antisecura nos pés e unhas. Com pantenol e manteiga de karité, a sua fórmula extremamente hidratante proporciona um toque suave e sedoso que cuida, revitaliza e refresca os pés gretados.



CREME PARA PÉS

Com 10% de ureia, este creme foi especialmente desenvolvido para **pés muito secos, ásperos e gretados** que carecem de cuidado diário. **Hidrata os pés em profundidade e reduz a sensação de secura graças à sua ação de hidratação intensiva.**



Cien®

Creme e Bálsamo para Pés

nº98897

Cien



MADAME GLAMOUR
Cuidado de luxo com
manteiga de karité e
óleo de argão.

Cien®
**Creme
para Mãos**
n°168553



INTENSIVE SOS

Creme de mãos concentrado que proporciona um alívio intenso e imediato às mãos com a **pele muito seca ou danificada**. O seu alto teor de **glicerina** hidrata em profundidade e protege contra a secura. Sem perfumes e dermatologicamente testado.



CARE

Com **extrato natural de camomila**, este creme hidratante para as mãos **suaviza a pele e estimula a sua regeneração natural**. A sua fórmula enriquecida com ingredientes ativos regeneradores como o pantenol, a alantoína e o bisabolol proporciona uma hidratação duradoura para umas mãos suaves e macias. Dermatologicamente testado.



**Embalagem com 55%
de plástico reciclado
(exceto tampa)**



Cien®
**Óleo de
Amêndoas
Doces**
n°5907138



UM VERDADEIRO ALIADO NO CUIDADO DAS MÃOS E NÃO SÓ...

O óleo de amêndoas doces é um excelente nutritivo e hidratante da pele, **especialmente indicado para pele seca e desidratada**, podendo ser **utilizado em todo o corpo**. Entre as suas diversas utilizações, destacam-se: a hidratação da pele do bebé, a prevenção de estrias em gestantes, a hidratação e prevenção de ressecamento dos fios de cabelo e a hidratação das cutículas. Após o banho, pode também ser aplicado na pele ou diluído no creme hidratante habitual para amaciar, hidratar e tonificar.





Cuidado

Facial

Foi com os seus **cremes de rosto premiados que a Cien** conquistou os portugueses. O que começou por ser uma ruga de desconfiança deu lugar a uma **marca de sucesso** que cada vez mais mulheres experimentaram, gostaram e partilharam. A partir daí, **a beleza do rosto deixou de ser inacessível e passou a ser inteligente**. Mulheres profissionais, trabalhadoras, desembaraçadas, mulheres criativas, astutas, exigentes, mães, filhas, avós, todas começaram a **preferir qualidade ao melhor preço**. A relação entre a Cien e a mulher estreitou-se e cresceu. Cresceu em beleza e em inteligência. **E nada é mais atraente do que a inteligência. Nada é mais atraente que um rosto Cien.**





Vegan

Cien®
**Desmaquilhante
Olhos**

nº130962



Limpeza, a regra de ouro da beleza

Para ter uma pele bonita e bem cuidada, é obrigatório limpar a pele do rosto, de manhã e à noite, com o produto mais indicado para o seu tipo de pele.

Saiba mais
AQUI



Cien®

Gel de Limpeza Suave/ Exfoliante

nº67419



Vegan

Cien®

Leite de Limpeza

nº99961



Cien®

Água Micelar

nº99963

Cien®
Discos Desmaquilantes
n°112819



Cien®
Cotonetes de Algodão
n°182706



Cien®
Discos Desmaquilantes Ovais
n°90903

Cien®
Lenços de Higiene Facial 3 Folhas
n°8435

3 FOLHAS



2 FOLHAS

Cien®
Lenços de Higiene Facial
n°8024

Cien®
Toalhitas de Higiene Facial
n°197694

NOVOS NO CATÁLOGO



Creμες de Rosto

TODAS
AS IDADES

Sensação de pele hidratada e fresca o dia inteiro



CREME SENSITIVE

Comece o dia da melhor maneira com este cuidado diário hidratante especialmente desenvolvido para **peles sensíveis**, dando-lhes **suavidade e elasticidade**. **Acalma a pele, atenuando as irritações e a sensação de tensão**, para uma sensação de pele intensamente cuidada.

CREME HIDRATANTE

Cuidado diário **refrescante** que confere **suavidade e elasticidade** à pele. O teor de humidade natural da pele fica equilibrado, proporcionando uma **hidratação intensiva até 24h**. Protege do stress oxidativo e do envelhecimento precoce induzido pela luz. Para uma sensação de **pele fresca**.

Vegan

Cien®

Creme Hidratante de Rosto 24h

nº51050

Nature

Cien

A gama Cien Nature é uma gama de cosmética natural certificada, vegan e com embalagens ecorresponsáveis.

TODAS AS IDADES

ROMÃ
Estes cremes Dia e Noite, de **fácil absorção** e com um agradável aroma a fruta, contêm óleo de sementes de romã, bagas de goji, Q10 e propriedades antioxidantes que **refirmam e melhoram a elasticidade da pele**. A sua fórmula, enriquecida com vitamina E, óleo de argão, óleo de amêndoa, manteiga de karité e ácido hialurónico, **regenera e nutre a pele em profundidade, prevenindo o seu envelhecimento**.



AMÊNDOA

Este creme, enriquecido com óleo de amêndoas provenientes de **agricultura biológica, acalma a pele sensível e ajuda a combater e a prevenir as irritações da pele**. A **aloé vera** e o óleo de jojoba biológicos, a manteiga de karité e a vitamina E garantem o cuidado diário necessário e uma hidratação profunda durante 24h. **Especialmente indicado para pele sensível.**

Cien Nature®

Creme de Rosto Dia Amêndoa

nº138687



PRIMEIRAS RUGAS

Idade recomendada + 28 anos

Cien Nature®

Creme de Rosto Dia/Noite Romã

nº138687

Q10



A pensar na pele sensível e nas **primeiras rugas**, a **Cien** criou a gama vegan de rosto **Q10** enriquecida com **coenzima Q10 100% natural, ácido hialurónico e vitamina E**.

A sua fórmula, com **complexo Liftan™ Intensive**, reforça as defesas das células cutâneas, reduz a profundidade das rugas e previne o seu aparecimento. Com resultados já comprovados, são excelentes aliados para a pele no combate às rugas.

**PRIMEIRAS
RUGAS**

Idade recomendada
+ 28 anos



CREME DE DIA
Com **FPS 15**, graças à sua ação hidratante e protetora, minimiza as rugas e **ajuda a prevenir a sua formação.**



Cien®
Q10 Creme Anti-Rugas Dia
n°8092



CREME DE OLHOS
Perfeito para as **primeiras rugas** de todo o tipo de peles.



Cien®
Q10 Contorno de Olhos
n°40003



CREME DE NOITE com substâncias nutritivas, **ajuda a pele a regenerar-se** durante a noite.



Cien®
Q10 Creme Anti-Rugas Noite
n°51048



CREME DE DIA
com **FPS 15**

CREME DE DIA E MÁSCARA DE NOITE
Graças aos três antioxidantes (coenzima Q10 e vitaminas C e E), a sua fórmula proporciona energia e **protege a pele do stress oxidativo e dos radicais livres, reduzindo a profundidade das rugas** e evitando o seu aparecimento (quando aplicado regularmente).

Cien®
Creme de Rosto Q10 + Vitamina C e E
n°175924



CREME DE NOITE
Com 96% de ingredientes de **origem natural** (incluindo água), funciona como máscara de noite ou de limpeza.



Laser Beauty

**RUGAS
POUCO
ACENTUADAS**

Idade recomendada
+ 35 anos

A fórmula POWER-LIFT com ácido hialurónico e Pro-Phytrol atua nos sinais de envelhecimento da pele nutrindo-a com minerais ricos. O Pro-Phytrol **reduz visivelmente a profundidade das rugas e favorece a matriz da pele**, deixando o contorno do rosto mais firme em 28 dias. Fórmula rapidamente absorvida.



Cien®
**Sérum
Laser
Beauty**
n°169206

SÉRUM

Preenche as rugas e refirma a pele, deixando a tez radiante.



CREME DE DIA
com FPS15.



Cien®
**Creme Rosto
Laser Beauty**
n°181089



CREME DE NOITE

Favorece o processo de regeneração durante a noite dando à pele uma sensação de pele uniforme.

Gold

A gama **Cien Gold**, criada a pensar na **pele madura**, é uma verdadeira gama de luxo que **estimula a regeneração celular, potencia a luminosidade da pele e proporciona um efeito antienvelhecimento e tensor imediato**. A sua fórmula contém substâncias ativas, bem como ácido hialurónico e ingredientes de origem natural como azeites e extratos vegetais.

Cien

**PELES
MADURAS**

Idade recomendada
+ 40 anos

Vegan



Cien®

Gold Creme de Rosto Dia/ Noite

nº0



CONTORNO DE OLHOS

Os tetrapéptidos presentes **reduzem a formação de bolsas**, inchaço e **acalmam a região do contorno dos olhos diminuindo as rugas** provocadas pelo envelhecimento, fadiga e agentes externos.



Cien®

Gold Contorno de Olhos

nº0



SÉRUM ANTI-ENVELHECIMENTO

Sérum com ouro coloidal de efeito tensor e propriedades hidratantes.

Melhora visivelmente a **firmeza** e a **elasticidade da pele**, reduzindo as linhas de expressão e as rugas.

Com 99% de ingredientes de origem natural. Os hexapéptidos, moléculas proteicas formadas por aminoácidos, presentes na sua fórmula, ajudam a **reduzir os sinais da idade**.

Cien®

Gold SÉRUM Anti-envelhecimento

nº 5715181



Vital

Com o passar dos anos, a regeneração celular torna-se mais lenta e a derme fica mais desprotegida, seca e áspera. Para combater este processo, a **Cien** criou a **Vital Beauty**, uma gama inovadora e nutritiva, **eficaz contra os sinais de envelhecimento** da pele graças à sua fórmula altamente eficaz com **cálcio, colagénio e ácido hialurónico**, capaz de devolver à pele madura hidratação, elasticidade e um aspeto jovem.



Cien®
Vital Beauty
Contorno
de Olhos
nº40003



Cien®
Vital Beauty
Creme de Rosto
Dia/ Noite
nº98905

CREME DE ROSTO VITAL BEAUTY DIA E NOITE

Complexo altamente eficaz de óleo de argão e soja **nutre a pele seca e madura**. A sua fórmula rica em vitamina E e alantoína estimula a regeneração da própria pele de um dia para o outro enquanto **reforça a barreira cutânea**. Creme de dia com FPS 15.



Age Beauty

PELES MUITO MADURAS

Idade recomendada
+ 50 anos

Especialmente desenvolvida para peles maduras e secas, a gama Age Beauty **ajuda a devolver elasticidade e suavidade à pele**. A sua fórmula, com **mel de Manuka** e cálcio, bem como substâncias ativas, torna a pele visivelmente mais jovem. pH neutro para a pele.



Cien®
Sérum Age Beauty

nº164680

SÉRUM

O sérum Age Beauty, com geleia real, mel de Manuka natural, cálcio e ácido hialurónico, melhora a capacidade de retenção de água da pele, proporcionando uma hidratação intensiva e refirmando-a. O mel de Manuka e o pantenol proporcionam um efeito calmante da pele.



Cien®

Creme de Dia/ Noite Age Beauty

nº172788



Frasco de vidro com 30% de material reciclado

CREMES DE ROSTO DIA E NOITE

O complexo lipídico de óleo de soja, cera de abelhas e mel de Manuka **regenera a pele**. A fórmula com vitamina E e cálcio contribui para o **alisamento e revitalização da pele**, bem como para a proteção contra os agentes externos. Sem silicones.

Para Eles

CREME DE ROSTO HYDRO AGE

Enriquecido com Q10 e extrato de ginseng, este creme proporciona uma hidratação intensa, reduzindo e prevenindo o aparecimento de rugas.



CREME DE ROSTO HYDRO SENSITIVE

Este creme com complexo vitamínico, sem álcool e com ph neutro protege a pele, hidratando-a 24h.
Para peles sensíveis.



CREME DE ROSTO HYDRO ENERGY

Este creme revitalizante, com cafeína e complexo vitamínico, proporciona à pele uma hidratação de 24h. Refresca e hidrata a pele cansada.

Para todo o tipo de pele.



Cien®

**Creme
de Rosto
Homem**

nº76409

Cien

Vaselina, um pequeno frasco, um efeito gigante.

A **Vaselina Cien** assenta em três conceitos: **hidratação, cuidado e beleza**. Ideal para hidratar as zonas do corpo que sofrem mais agressões climáticas, como lábios, mãos, nariz, cotovelos, pés e calcanhares, deixando-as suaves e macias.



Cien®
Vaselina
nº5905381

Cien®
Batom Hidratante
nº32440



Vegan



Cien®
Máscara Facial de Tecido
nº141870



CUIDAR DA BELEZA DO ROSTO DE MANHÃ À NOITE



1.

De manhã, lavar a cara e passar creme de dia adequado ao seu tipo de pele



2.

Aplice também o seu creme contorno de olhos antes da sua maquiagem habitual



3.

No final do dia, desmaquilar é muito importante. Limpe o rosto com o produto de limpeza Cien da sua preferência



4.

Faça uma máscara hidratante enquanto prepara o dia seguinte



5.

Coloque o creme de rosto de noite

6.

... e o sérum ou contorno de olhos conforme necessidade



7.

Para algum cuidado mais específico tem sempre disponível o batom ou a vaselina



Jovem com pele sensível

< 20 anos



Homem com rugas

> 28 anos



Mulher com pele madura

> 40 anos



1 ROTINA - 3 PESSOAS DIFERENTES

Deo



A transpiração pode ser muito incômoda e embaraçosa. A pensar numa **solução eficaz** para este problema, os **desodorizantes Cien**, em **roll-on ou spray, sem álcool e sem sais minerais**, respeitam a pele e são **eficazes até 24h ou 48h. Frescura, proteção e confiança** ao longo de todo o dia.



A gama Cien Nature é uma gama de cosmética natural certificada, vegan e com embalagens ecorresponsáveis.

Este desodorizante refrescante, com óleos essenciais de lima e salva, oferece uma proteção contra o odor das axilas durante 48 h. Sem alumínio.



Cien Nature®

**Desodorizante Roll-On/
Spray Citrinos**

nº158145



Eficácia e frescura de manhã à noite

MULHER

Acabe de vez com os problemas da transpiração.

Com os desodorantes e antitranspirantes **vegan** da Cien, sinta-se segura contra o odor da transpiração, mesmo a mais excessiva, por mais tempo.

Vegan



Cien®
**Desodorizante
em Spray**

nº8391

Cien®
**Desodorizante
Roll-On**

nº8049



**Embalagem com 25%
de alumínio reciclado
(exceto tampa)**

Frescura que se sente, proteção que não se vê

HOMEM

Sabendo que os homens têm um tipo de pele diferente, a Cien Men teve a preocupação de desenvolver **produtos que agradem a todos e que atendam todas as necessidades**. Uma prova disso são estes desodorizantes com várias fragâncias mas a mesma eficácia.

Vegan



Cien®
**Desodorizante
 Roll-On para Homem**
 nº60674

Cien®
**Desodorizante em
 Spray para Homem**
 nº8390

Embalagem com 25%
 de alumínio reciclado
 (exceto tampa)



Shaving

Falar de **beleza inteligente** é falar também, e cada vez mais, de beleza masculina. Uma beleza que se pede prática, rápida e de máxima eficiência. E como a pele do rosto do homem é mais sensível, a **Cien Men** garante **produtos delicados**, que **respeitam a pele** e **oferecem cuidados profundos**.



Cien®
**Lâminas Triplas
Descartáveis**
n°132140

Para muitos homens, fazer a barba faz parte de um ritual diário. Quer faça a barba todos os dias ou apenas algumas vezes por semana, é sempre agressivo para a pele. Por essa razão, a **Cien Men** criou produtos que **respeitam a pele**, mesmo a mais sensível, e que proporcionam **um barbear suave e sem irritações**. Com as suas lâminas de barbear com cabeça oscilante e banda deslizante de aloe vera e vitamina E para uma maior precisão, os pelos da barba são eliminados e a pele fica macia e suave.

Vegan



Cien®
**Lâminas
Descartáveis**
n°163333





Cien®

Máquina de Barbear 5 Lâminas + 2 Recargas

nº163336

Cien®

Recargas 5 Lâminas

nº132139

Caixa de papel
com 80% de
material reciclado



Cien®

After Shave Bálamo/ Loção

nº51516

Sinta o poder
calmante destes
aftershaves que
deixam a sua
pele protegida
e suave depois
do barbear.



Gel, ou espuma: duas opções, um barbear firme e suave

Vegan

GEL HYDRO

Enriquecido com **aloé vera e óleo de amêndoa**, este gel cuida da pele sensível do homem, hidratando-a e proporcionando um barbear suave e firme.



ESPUMA SENSITIVE

Graças à sua textura hidratante, é ideal para a pele sensível, facilitando um barbear suave e firme. **A barba fica mais macia e protegida das irritações.**

Cien®
**Gel de Barbear
Hydro**

nº8358

Cien®
**Espuma Barbear
Sensitive**

nº8168

Depilação Mulher



BANDAS DEPILATÓRIAS PARA O ROSTO

Bandas depilatórias, prontas a utilizar, feitas de um **tecido macio** com uma **fórmula inovadora** e eficaz para uma depilação prática, mesmo para os pelos mais curtos. A **vitamina E**, com **efeito antioxidante**, a **manteiga de karité**, o **óleo de coco** e o **argão** têm uma **ação suavizante e calmante da dor**. A pele fica lisa e suavemente **perfumada** a frutos silvestres.

Cien®
**Bandas Depilatórias
para Rosto**

nº6002386



LÂMINAS TRIPLAS

As lâminas triplas **Cien** têm **cabeça flexível** para uma maior **eficácia e conforto** bem como um cabo forrado a borracha para um maior **controle e precisão**.

Cien®
**Lâminas Triplas
Descartáveis**

nº135006



Cien®
**Lâminas
Duplas
Descartáveis**

nº179269

Cuidados a ter antes e após a depilação

Cien

Antes da depilação



Tome um banho morno para ajudar a abrir os poros



Evite esfoliar a pele 24 horas antes



Evite usar cremes e óleos hidratantes



A exposição ao sol deve ser evitada



Não depile zonas da pele que tenham lesões (feridas ou queimaduras)

Depois da depilação



Hidrate e esfolie a sua pele com frequência para evitar pelos encravados



Prefira roupas leves e pouco apertadas



Evite saunas, banhos muito quentes e exposição ao sol



Use cosméticos sem álcool na sua composição

Cuidados Extra

Cien®
Sabonete Líquido Limpeza Aloé Vera

n°166333



Cien®
Recarga Sabonete Líquido Limpeza Aloé Vera

n°166335



Cien®
Recarga Sabonete Protetor Dermo

n°5718337



Cien®
Sabonete Líquido Dermoprotetor

n°1369



NOVO
 NO CATÁLOGO



Cien®
**Removedor de
Verniz Clássico/
sem Acetona**

nº8564/ 65972



Cien®
**Álcool
Etilico
70°/ 96°**
nº8281



Cien®
**Água
Oxygenada**
nº5903180

Cien

**BELEZA
INTELIGENTE**



Mais para si.