



SIGVARIS
GROUP

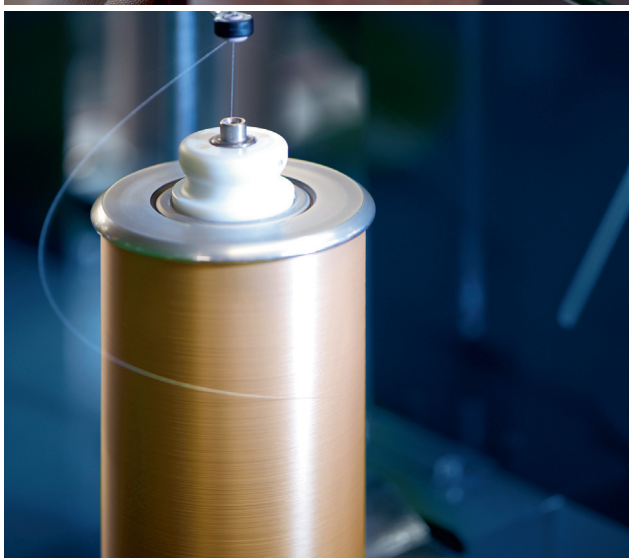
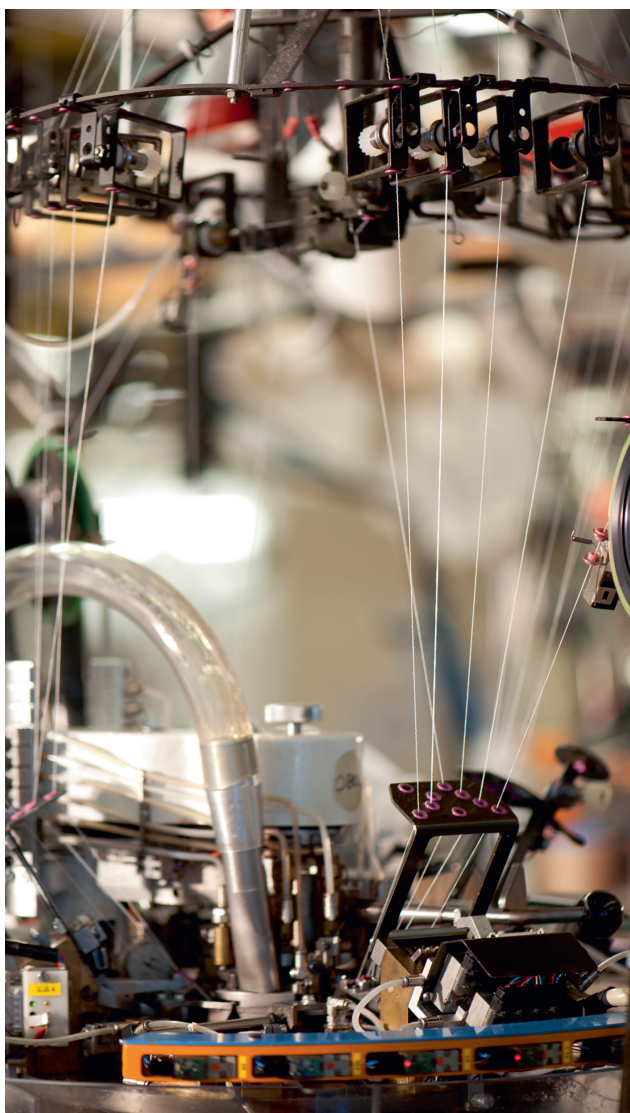
CATÁLOGO
FLEBOLOGIA

SOBRE O GRUPO SIGVARIS

Queremos desenvolver as melhores soluções de compressão para as pessoas. Todo e qualquer indivíduo deve sentir-se bem. Todos os dias. Este tem sido o nosso foco durante mais de 150 anos.

O nosso portfólio é composto por vários segmentos que abordam várias necessidades e indicações. Cada segmento foi concebido não só para encontrar uma solução de compressão adequada, mas também a melhor para o seu cliente. Por um lado, o nosso foco está no efeito e nos aspetos médicos - por outro lado, os produtos devem fazer o cliente sentir-se bem e ajudar a ter uma vida sem restrições.

A qualidade feita na Suíça é importante para nós. Por conseguinte, estamos extremamente orgulhosos da nossa produção em St. Gallen.



ÍNDICE

Cores	2
Bandas superiores	3

sigvaris

Essential	4
SEMI-TRANSPARENT (DIAPHANE)	5
COMFORTABLE	6
THERMOREGULATING	8
CLASSICAL	10

Style	12
SEMITRANSPARENT	13

Active	14
MASCULINE	15

Specialities	16
TRADITIONAL	17
ULCER X	19
THROMBO / THROMBO X	21
MANGAS DE BRAÇO ADVANCE E TRADITIONAL	23

Personalizações e alterações	24
-------------------------------------	-----------

Acessórios	26
DISPOSITIVOS DE VESTIR E DESPIR	26
CUIDADOS	28

Medidas	30
TIRAR CORRETAMENTE AS MEDIDAS	30
TRUQUES E DICAS	31
TABELA DE MEDIDAS	32
VALORES DE COMPRESSÃO, INDICAÇÕES E CONTRAINDICAÇÕES	38

SELEÇÃO DE BEM-ESTAR	39
DELILAH	40
SAMSON	44
MICROFIBER SHADES	46
TRAVENO	50

CORES

As meias de compressão encontram-se atualmente disponíveis numa ampla gama de cores. Para além das cores da moda, também estão disponíveis várias cores padrão - como vários tons de pele e preto. As meias no segmento Style em particular, são caracterizadas por uma ampla seleção de cores. A gama Style SEMITRANSSPARENT apresenta quatro novas cores na moda a cada dois anos.



BANDAS SUPERIORES

Conforme o produto, os utilizadores de meias de compressão podem escolher entre diferentes opções de bandas de silicone. Todas as bandas apresentam uma enorme compatibilidade com a pele e elevado conforto.

Essential COMFORTABLE
Essential THERMOREGULATING
Essential CLASSICAL



Banda silicone Sensinova SVGT
design natural; invisível



Banda silicone simples Quadrinova KGT
design natural; agradável contra a pele

Essential THERMOREGULATING



Banda silicone com microsulcos MKGT,
design natural; para pele sensível

Style SEMITRANSSPARENT



Banda silicone Sensinova SVGT
design feminino, invisível



Banda silicone Quadrinova KGT design
natural; agradável contra a pele

Specialities TRADITIONAL



Banda silicone com sulcos KGT
design neutro

ESSENTIEL



Essentiel

SEMI-TRANSPARENT (Diaphane)

Para ela

Essentiel SEMI-TRANSPARENT é uma meia de compressão confortável, ideal para uma utilização do quotidiano e adaptada a todas as morfologias.

SEMI-TRANSPARENT (DIAPHANE)		 A-D Abaixo Joelho		 A-G Coxa			 A-T Collant	 A-T Maternidade
		Elástico superior	Banda superior	Elástico superior	Banda superior	Com cinto	Elástico superior	Elástico superior
CCL	1	●			●		●	●
	2	●			●		●	
	3							
Tipo de pé		●			●		●	●
		●			●		●	●
Banda superior silicone	Sensinova Lisa				●			
	Quadrinova							
	Banda superior com microsulcos							
Cores	 black	●			●		●	●
	 dune	●			●		●	●

Gama por encomenda.

CLI AD, AG e AT - Nature, Epice, Brume - Pé Aberto

CLI AD, AG e AT - Nature, Epice, Brume, Marine - Pé Fechado



encaixe perfeito

Confortável: encaixe perfeito para ela



semi-transparente

Fino: visual elegante, semitransparente



ESSENTIAL



Essential COMFORTABLE

Para ela e para ele

Essential COMFORTABLE é a meia de compressão que serve como uma luva e vai ao encontro dos padrões mais elevados do conforto. É confortavelmente suave, agradável e adapta-se na perfeição à sua forma.

COMFORTABLE		 A-D Abaixo Joelho		 A-G Coxa			 A-T Collant	 A-T Maternidade	 A-T Forma do corpo
Matchcode ECF		Elástico superior	Banda superior	Elástico superior	Banda superior	Com cinto	Elástico superior	Elástico superior	Elástico superior
CCL	1	•	•	•	•		•	•	
	2	•	•	•	•	•	•	•	•
Tipo de pé		•	•	•	•	•	•	•	•
		•	•	•	•	•	•	•	•
Banda superior silicone	Sensinova Lisa				•				
	Quadrinova		•		•				
Cores	 black	•	•	•	•	•	•	•	•
	 savanna	•	•	•	•	•	•	•	•
	 caramel	•	•	•	•	•	•	•	•
	 skin	•			•		•	•	
	 grey	•			•		•	•	

Gama por encomenda.
Tamanhos disponíveis na **p.32**.



encaixe perfeito

Confortável: encaixe perfeito para ela e para ele



opaco

Atraente: não transparente, esconde perfeitamente zonas com problemas venosos



fácil de usar

Conveniente: fácil de vestir e de despir



ESSENTIAL



Essential THERMOREGULATING

Para ela e para ele

A camada fina de algodão de Essential THERMOREGULATING assenta diretamente na pele e tem um efeito termorregulador. O algodão na percentagem ideal absorve o excesso da humidade diretamente da pele e armazena-a no interior das fibras. Isto previne o desenvolvimento de uma película de humidade na pele que promove o crescimento indesejável de bactérias. Torna-se benéfico para pessoas com pele sensível.

THERMOREGULATING		A-D Abaixo Joelho		A-G Coxa			A-T Collant	A-T Maternidade
Matchcode ETH		Elástico superior ^{1,2}	Banda superior	Elástico superior	Banda superior	Com cinto	Elástico superior ³	Elástico superior
CCL	1	•	•	•	•	•	•	•
	2	•	•	•	•	•	•	•
	3	•			•	•	•	
Tipo de pé		•	•	•	•	•	•	•
		•	•	•	•	•	•	•
Banda superior silicone	Sensinova				• CCL 1/2			
	Quadrinova		•		•			
	Banda superior com microsulcos				• CCL 1/2			
Cores	black	•	•	•	•		•	•
	nature	•	•	•	•	•	•	•
	marine*	Disponível como A-D, CCL 2, biqueira fechada, normal e longo						

* Artigo por encomenda.
Tamanhos disponíveis na **p.32**.



pele sensível

Suave: também adequado para pernas sensíveis devido aos 14% de algodão



termorregulador

Arrefecimento: evaporação da humidade armazenada no algodão, resultando num efeito de arrefecimento

Aquecimento: o ar nos espaços entre a malha de tecido e as fibras hidrofugas formam uma camada de isolamento a temperaturas baixas



opaco

Atraente: estrutura estriada discreta, não transparente, esconde perfeitamente zonas com problemas venosos



ESSENTIAL



Essential CLASSICAL

Para ela e para ele

Com o seu visual não transparente, a Essential CLASSICAL é a companheira discreta para as situações do dia a dia. A microfibra integrada garante uma utilização confortável e um visual discreto.

CLASSICAL		 A-D Abaixo Joelho		 A-F Meia coxa	 A-G Coxa	 A-T Collant	 A-T Maternidade	
Matchcode ECL		Elástico superior	Banda superior	Banda superior	Banda superior	Com cinto	Elástico superior	Elástico superior
CCL	1							
	2							
Tipo de pé								
								
Banda superior	Sensinova							
	Quadrinova							
Cores	caramel							
	crispa							
	preto*							

* Artigo por encomenda.
Tamanhos disponíveis na **p.33**.



fácil de usar

Conveniente: fácil de vestir e de despir



opaque

Atraente: não transparente, esconde perfeitamente zonas com problemas venosos



conforto agradável ao usar

Confortável: elevado conforto de utilização



STYLE



Style SEMITRANSSPARENT

Para ela

Style SEMITRANSSPARENT fascina com estilo, carisma elegante, detalhes inovadores e o máximo conforto. Vai ao encontro das maiores exigências de style e elegância e convence com o seu visual semitransparente. A meia de compressão foi desenvolvida especificamente para as necessidades das mulheres e impressiona com o seu elevado conforto e com aquela sensação suave.

SEMITRANSSPARENT		 A-D Abaixo Joelho		 A-G Coxa	 A-T Collant	 A-T Maternidade
Matchcode SSE		Elástico superior	Banda superior	Banda superior	Elástico superior	Elástico superior
CCL	1	•	•	•	•	•
	2	•	•	•	•	•
Tipo de pé		•	•	•	•	•
		•	•	•	•	•
Banda superior silicone	Sensinova Lisa			•		
	Quadrinova		•	•		
Cores	 black*	•	•	•	•	•
	 skin  caramel	•	•	•	•	•
	Artigos sob encomenda:  grey  marine  savanna	•		•	•	•

* Artigo por encomenda.
Tamanhos disponíveis na p. 32.



semitransparente

Fino: visual elegante, semitransparente



elegante

Estilo: estética feminina; também disponível em quatro cores da moda



modelação perfeita

Atraente: collant com efeito push-up



ACTIVE



Active MASCULINE

Para ele

Active MASCULINE é a solução perfeita para todos os homens que têm vidas ativas. Devido aos fios reguladores de humidade e ao acabamento em zinco inibidor de odores integrado, os pés mantêm-se frescos mesmo em situações críticas. Active MASCULINE foi desenvolvido especialmente para os pés do homem, o que garante um encaixe ideal.

MASCULINE		 A-D Abaixo Joelho
Matchcode AMA		
		Elástico superior
CCL	2	●
Tipo de pé		●
Cores	 black	●
	 carbon	●
	 cyanide	●

Tamanhos disponíveis na **p. 32**.



sola acolchoada

Confortável: com toda a superfície da sola acolchoada



calcanhar reforçado

Forte: calcanhar reforçado para maior segurança na vida quotidiana ativa



secção dos dedos sem costura

Agradável de usar: as meias têm lado para melhor adaptação ao pé



SPECIALITIES



Specialities TRADITIONAL

Para ela e para ele

Sempre que seja exigida elevada eficácia médica, TRADITIONAL é a meia adequada. O comportamento tensão-deformação único da composição do fio garante uma estabilidade de pressão elevada ao longo de todo o dia e um tratamento eficaz em doenças venosas avançadas. TRADITIONAL é fácil de usar mesmo a níveis de compressão elevados. É robusta, duradoura e respirável.

TRADITIONAL		 A-D Abaixo Joelho		 A-F Meia coxa		 A-G Coxa			 A-G Post-OP*	 A-T Collant	 A-T Materni- dade	 A-T Para homem
		Elástico superior	Banda superior	Elástico superior	Banda superior	Elástico superior	Banda superior	Com cinto	Com cinto	Elástico superior	Elástico superior	Elástico superior
CCL	2											
	3											
	4											
Tipo de pé												
Banda superior silicone	Banda superior com sulcos											
Cores	bege											

Tamanhos disponíveis na p. 34 e 35.

Fiável: elevada segurança e eficácia médica para uma terapia de sucesso

Robusto: estabilidade de compressão máxima ao longo do dia devido ao elástico natural refinado, propriedades força-alongamento excelentes



Eficaz: recomendado por médicos de todo o mundo



SPECIALITIES



Specialities

ULCER X

Para ela e para ele

ULCER X é um sistema de meia de compressão para o tratamento de pernas ulceradas (ulcus cruris venosum) que consiste num forro (15 - 20 mmHg; 2.0 - 2.7 kPa) e uma meia de cobertura TRADITIONAL (CCL 2). Comparado com ligaduras, o ULCER X é fácil de vestir, normalmente sem ajuda exterior e é confortável. O sistema de meia de compressão permite uma compressão reproduzível controlada.

ULCER X Matchcode ULX		 A-D Abaixo Joelho
		Elástico superior
CCL	~45 mmHg (~6.0 kPa)	●
Tipo de pé		● (TRADITIONAL)
		● (Meia de baixo)
Cores	 bege	●

O kit é composto por: 2 meias (CL1), 1 meia (TRADITIONAL CL2)
Tamanhos disponíveis na **p.34 e 35**.

Os estudos atribuem a ULCER X várias vantagens - para mais informação, peça ao seu serviço de apoio a cliente ou ao representante local a brochura ULCER X.

Proteção: devido ao forro patenteado, o curativo também permanece no lugar à noite e a lesão não é nocivamente afetada quando usado adequadamente - nem a vestir nem a despir.

Eficaz: melhores índices de cicatrização em úlceras pequenas ou médias quando comparado com ligaduras.



SPECIALITIES



Specialities

THROMBO / THROMBO X

Para ela e para ele

A THROMBO / THROMBO X é utilizada em profilaxia de trombose em pacientes acamados. É adequada para utilização após intervenção cirúrgica, após fraturas ou lesões nas pernas e em casos de mobilidade limitada.

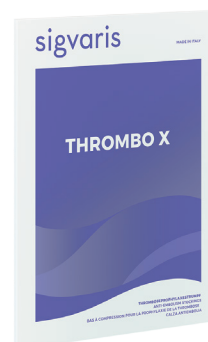
THROMBO / THROMBO X				
Matchcode THR / THX		A-D Abaixo Joelho	A-G Coxa	
		Elástico superior	Banda superior	Com cinto
CCL	~18mmHg (~2.4 kPa)			
Tipo de pé	com orifício para inspeção			
Banda superior	Banda superior			
Cores	 white			

Tamanhos disponíveis na **p.36**.

Suave: curva de pressão regressiva e compressão de ~ 18 mmHg (~ 2.4 kPa) na zona do tornozelo

Cuidadoso: amigo da pele e respirável

Prático: orifício para inspeção disponível em todos os modelos



SPECIALITIES



Specialities

MANGAS DE BRAÇO ADVANCE e TRADITIONAL

Para ela e para ele

As mangas de compressão de braço são utilizadas para a prevenção assim como para o tratamento e cuidado com o linfedema das extremidades superiores e são um componente importante da terapia de manutenção.

MANGA ADVANCE		 A-G com mão		 C-G sem mão	
Matchcode AAD		Sem Banda		Com Banda Silicone	
CCL	14–18 mmHg (1.8–2.4 kPa)	●	●	●	●
	20–25 mmHg (2.7–3.3 kPa)	●	●	●	●
Banda superior silicone	Sensinova		●		●
Cores	● beige	●	●	●	●

*sem tamanhos extra grandes (plus) disponíveis

Cuidados da pele: a microfibras em poliamida com aditivo à base de prata proporciona uma textura suave. Além disso, inibe o crescimento de bactérias e previne odores e irritações na pele
Agradável: as fibras Modal termorreguladoras absorvem a humidade particularmente bem e é, por conseguinte, extremamente confortável.



MANGA TRADITIONAL						
Matchcode ATR		A-C Apenas mão	C-H sem mão com alças de apoio	C-G sem mãos com banda superior	A-H com mão com alças de apoio	A-G com mão com banda superior
CCL	2	●	●	●	●	●
Banda superior silicone	Knobbed			●		●
Cores	 beige	●	●	●	●	●

Amigo da pele: altamente respirável devido à malha grande
Estabilidade na pressão: força de recuperação elevada devido ao elástico natural
Resistente ao desgaste: até 6 vezes melhores resultados de abrasão*
 (* = menos desgaste) em comparação direta com ganga
 (comprovado em testes de desgaste)



Tamanhos disponíveis na p. 37.

PERSONALIZAÇÃO E ALTERAÇÕES

Por norma os nossos segmentos de produto abrangem muitas necessidades dos nossos clientes. No entanto, pode dar-se o caso de um produto padrão não satisfazer as necessidades especiais de um cliente. Neste caso, pode recorrer à nossa gama feita à medida e ao nosso serviço de modificações.

SELEÇÃO À MEDIDA

- Ajuste perfeito - adaptado com precisão à medida da perna
- A marca do trabalho personalizado - o nome do cliente podem constar na etiqueta da meia
- 100 % de satisfação garantida

Solicite o nosso formulário de encomenda para meias personalizadas. O nosso apoio ao cliente responderá a quaisquer dúvidas que tenha relativamente à gama de produtos feitos à medida.

Modelo	Superior	Essential COMFORTABLE	Essential THERMO-REGULATING	Essential CLASSICAL	Style SEMITRANS-PARENT	Specialities TRADITIONAL
 A-D Abaixo Joelho	Elástico superior	●	●	●	●	●
	KGT (estreito / alargado)	●	●	●	●	●
	SVGT	●	●	●	●	●
 A-G Coxa	Elástico superior	●	●	●		● ³
	KGT alargado	●		●	●	● ³
	MKGT		● ¹			
	SVGT	●	●	●	●	● ³
	Waist attachment	●	●	●		● ³
 A-T Collant	Elástico superior	●	●	●	●	● ³
 A-T Para homem	Elástico superior	●	●	●		● ³
 A-T Maternidade	Elástico superior	●	●	●	●	● ³
 A-T Forma do corpo	Para mulher / homem	●		●		●
	Com fecho	●				●
 A-T collant de uma perna	Para mulher / homem	●	●	●		● ³
	CCL	1 2	1 2 3	1 2	1 2	2 3 4
	Cores	savana, pele, cinzento ⁴ , caramelo, preto	natural, preto	ccaramelo, crispa. Savana, preto	Savana, pele, cinzento ⁴ , azul-marinho ⁴ , caramelo, preto, cores da moda ⁴	bege

¹ disponível apenas em CCL 1 e CCL 2 ² disponível apenas em CCL 2

³ compressão até ao nível cG (sem a parte macia) ⁴ Artigo sem stock, produzido sob encomenda

Bandas superiores disponíveis:

KGT: Banda superior com sulcos (KGT,Quadrinova): 2,5 cm (estreito), 5,0 cm (alargado); MKGT: Banda superior com microsulcos, 5,0 cm; SVGT: Design feminino de banda superior Sensinova, 5,5 cm; design natural de banda superior Sensinova, 5,0 cm;

Consultar visão geral de bandas superiores na **p. 5**

Encontram-se disponíveis todos os produtos com ou sem dedos.

ALTERAÇÕES

O nosso serviço de modificações oferece várias opções de modificação em produtos padrão assim como personalizados.

Podem ser tidos em conta desejos especiais com a encomenda

Tempo de entrega por 10 dias úteis

Modelo	Cozido na Banda superior	Encurtar o ponto do pé*	Encurtar a parte do collant	Incluindo fecho	Entretela de substituição	Abertura de estoma	Abertura na virilha	Encurtar o comprimento **
 A-F Meia coxa	•	•						•
 A-G Coxa	•	•						•
 A-G Coxa com cinto		•						•
 A-T Collant		•	•	•	•	•	•	
 A-T Para homem com fecho (esquerda, direita ou horizontal)		•	•		•	•	•	
 A-T Maternidade		•	•		•	•	•	

* apenas possível com dedos

** inclu costura num Banda superior nova

Bandas superiores disponíveis:

KGT: Banda superior com sulcos (KGT,Quadrinova): 2,5 cm (estreito), 5,0 cm (alargado);

SVGT: Design feminino de banda superior Sensinova, 5,5 cm; design natural de banda superior Sensinova, 5,0 cm

Consulte visão geral sobre bandas superiores na **p. 5**

Impossibilidade de qualquer alteração para Active MASCULINE.

ACESSÓRIOS

Dispositivos de vestir e despir

Muitos dos novos utilizadores perguntam a si mesmos como vestir e despir as suas meias de compressão facilmente e sem grande esforço. Seja para utilizadores móveis ou para pessoas com limitação de mobilidade ou para enfermeiros - temos soluções adequadas para meias fáceis de calçar e descalçar.

PARA TODO O UTILIZADOR DE MEIAS: LUVAS E PEZINHOS

As luvas tornam mais fácil calçar e descalçar a meia e devem ser entregues com cada meia de compressão. Ajudam a abrir a meia, a protegê-la e a garantir a sua maior durabilidade.

Luvas em tecido: O revestimento em látex proporciona uma boa aderência e o tecido de malha é particularmente amigo da pele.

Tamanhos:

- XS
- S
- M
- L
- XL



Luvas em borracha: A luva tradicional é feita em elástico para um ajuste perfeito

Tamanhos:

- S (tamanho da luva 6.5–7)
- M (tamanho da luva 7.5–8)
- L (tamanho da luva e 8.5–9)
- XL (tamanho da luva 9.5–10)



Pezinhos: Facilita calçar as meias de compressão médicas sem dedos.



PARA UTILIZADORES MÓVEIS DE MEIAS OU EM VIAGEM:

Estas ajudas deslizam sobre o pé. O material suave ajuda então a meia a deslizar pelo pé rapidamente e sem fricção.

sim-slide: Para meias de compressão sem dedos.

Tamanhos:

- S (tamanho do calçado 34–36)
- M (tamanho do calçado 37–38.5)
- L (tamanho do calçado 39–41)
- XL (tamanho do calçado ≥ 42)



magnide on/off: Para meias de compressão com dedos.

Tamanhos:

- M (tamanho do calçado ≤ 38)
- L (tamanho do calçado 39–43)
- XL (tamanho do calçado ≥ 44)

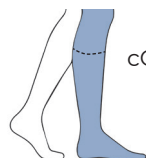


PARA UTILIZADORES DE MEIAS COM MOBILIDADE LIMITADA:

MELANY

Com MELANY, as meias de compressão podem ser vestidas e despidas rápida e facilmente, sem esforço. Mesmo com mobilidade limitada, este auxiliar para vestir e despir pode ser manuseado facilmente.

Tamanho	cC
XS	25–30 cm
S	30–38 cm
M	38–46 cm
L / L Plus	46–56 cm



cC circunferência mais
larga do gêmeo



SOLUÇÕES DE POUPANÇA DE ENERGIA PARA UTILIZADORES DE MEIAS E PESSOAL DE ENFERMAGEM: DOFF N' DONNER

Este auxiliar para vestir e despir é um dispositivo suave que permite uma pessoa deslizar rapidamente e sem dor as meias de compressão médicas por um braço ou perna. É ideal para vestir e despir independentemente assim como para apoio pelo pessoal de enfermagem. O cone simplifica o rolamento de uma meia de compressão no DOFF N' DONNER.



Cone



DOFF N' DONNER
(DnD)

ACESSÓRIOS

Cuidados

O cuidado adequado é fundamental para garantir que as meias tenham a sua pressão e forma durante o máximo tempo possível e encaixem na perfeição. Outros produtos adicionais ajudam a dominar a vida quotidiana com meias de compressão.

PARA UMA MELHOR SUSTENTAÇÃO E DURABILIDADE DE BANDAS SUPERIORES: CLEAN PAD

Toallete de limpeza descartável com ingredientes condicionantes para uma adesão melhorada do revestimento em silicone e durabilidade aumentada para bandas superiores.

Não contém álcool.

1 caixa com 10 toalhetes



PARA LIMPEZA FÁCIL DAS MEIAS: SOLUÇÕES DE LAVAGEM SWS

Lavagem manual especial de meias de compressão médica.

A SOLUÇÃO DE LAVAGEM vai ao encontro de todos os requisitos para o cuidado ideal a ter com as meias e também pode ser utilizado em toda a roupa delicada.

A lavagem diária permite que as meias de compressão regressem à sua forma e estado de compressão original depois da utilização.

Embalagens de 250 ml



PARA SEGURAR MEIAS SEM BANDA SILICONE: FIX

Um roll-on adesivo para segurar as meias e as mangas de compressão sem banda silicone. É suave para a pele e segue todos os movimentos do corpo. Também pode ser usado para prender apoios ortopédicos e cirúrgicos, etc., ao corpo. FIX pode ser lavado com água e não deixa manchas.

Embalagem de 60 ml





TIRAR CORRETAMENTE AS MEDIDAS

Entre outras coisas, as meias de compressão médicas são caracterizadas pela necessidade em medir a perna para determinar o tamanho, só assim se pode garantir que a meia serve, é confortável e que a compressão na perna é correta.

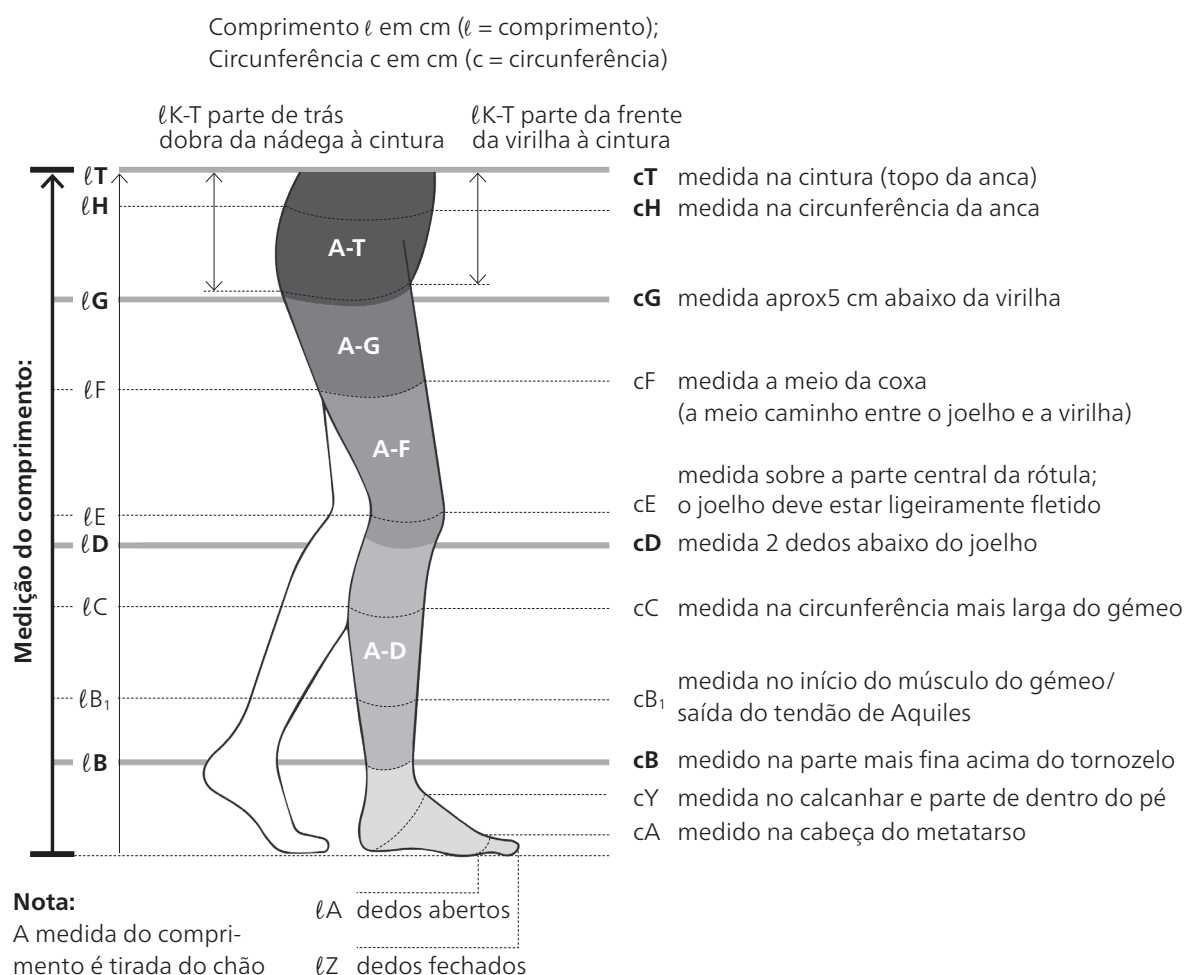
Quando

Sempre que possível as medidas devem ser tiradas de manhã. A perna deve estar livre de edema/inchaço. A medida deve ser tirada sobre a pele (não por cima das calças).

Como

Circunferência: Aplique a fita métrica firmemente em redor da perna / anca / cintura sem apertar.

Comprimento: Meça o comprimento pelo lado de dentro da perna, com a perna direita (com a exceção de ℓT).



Nota:

A medida do comprimento é tirada do chão ao ponto de medição correspondente (p ex. ℓD , ℓG , ℓT).

Pode consultar um vídeo sobre "Tirar corretamente as medidas" aqui:



TRUQUES E DICAS

Os pontos que se seguem são importantes no aconselhamento aos clientes:

Dica 1: Explicar os benefícios das meias de compressão

Mostre ao cliente o quão importante, eficaz e, acima de tudo, confortável pode ser a terapia de compressão. Esta é a única forma de suplantar preconceitos existentes e alcançar o melhor sucesso possível com a terapia.

Dica 2: Treinar técnicas de calçar e descalçar

Mostre ao cliente como calçar e descalçar as meias de compressão corretamente. Depois permita que o cliente calce e descalce as meias sozinho(a) para que possa fazer correções, se necessário.

Dica 3: Dê instruções sobre manuseamento e cuidados

Para que os seus clientes se sintam completamente confortáveis com as suas meias de compressão, é importante que lhes apresente algumas dicas básicas de manuseamento e cuidados.



Desde cedo até tarde:

As meias de compressão devem ser usadas de manhã até à tarde ou conforme prescrição médica. As meias devem ser calçadas ao levantar, antes de as pernas começarem a inchar.



As luvas ajudam:

As nossas luvas especiais devem ser sempre usadas ao calçar e descalçar meias de compressão. Isto torna muito mais fácil calcá-las e descalcá-las e protege as meias.



Auxiliares para calçar e descalçar:

Pode ser oferecido um maior apoio graças a auxiliares para calçar e descalçar como o simslide, o magnide on/off, o DOFF N' DONNER ou o MELANY.



Lavagem diária:

As meias devem ser lavadas diariamente à mão ou na máquina de lavar utilizando um programa delicado, com uma temperatura máxima de 40 °C e dentro de uma rede para lavar a roupa. O detergente não deve conter amaciador.



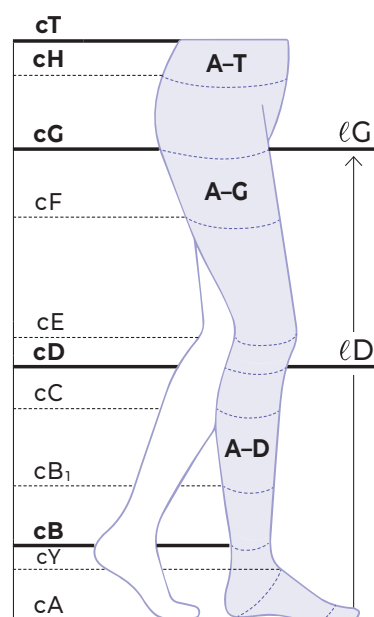
Secar as meias:

As meias não podem ser secas na máquina de secar ou sobre um aquecedor. O mais adequado para as secar é a corda da roupa.

TABELA DE MEDIDAS

Sistema de tamanho de circunferência e comprimento
para Essential **COMFORTABLE**, Essential **THERMOREGULATING**,
Style **SEMITRANSSPARENT**, Active **MASCULINE**

		Circunferência cm											
		XXS*	XXS Plus*	XS	XS Plus	S	S Plus	M	M Plus	L	L Plus	XL	XL Plus
cT		60-75	65-80	65-80	75-90	75-90	85-100	85-100	95-110	95-110	105-120	105-120	115-130
cH		75-90	80-95	80-95	85-100	85-100	95-110	95-110	105-120	105-120	115-130	115-130	125-140
cG	sem banda superior	42-54	47-59	47-59	52-64	52-64	56-68	56-68	61-74	61-74	66-79	66-79	73-85
	com banda superior	42-52	47-56	47-56	52-61	52-61	56-65	56-65	61-71	61-71	66-76	66-76	73-85
cF		38-49	41-52	41-52	44-55	44-55	49-60	49-60	53-64	53-64	59-70	59-70	63-78
cE		29-36	33-40	33-40	37-44	37-44	39-46	39-46	41-48	41-48	45-52	45-52	46-53
cD		23-30	27-34	27-34	31-38	31-38	34-41	34-41	37-44	37-44	41-48	41-48	42-50
cC		25-32	29-36	29-36	33-40	33-40	35-42	35-42	38-45	38-45	42-49	42-49	43-51
cB₁		22-26	22-26	24-29	24-29	26-32	26-32	29-35	29-35	31-37	31-37	33-39	33-39
cB		18-20	18-20	20-22	20-22	22-24	22-24	24-26	24-26	26-29	26-29	29-32	29-32
cY		27-31	27-31	28-33	28-33	29-35	29-35	31-37	31-37	32-38	32-38	33-39	33-39
cA		18-20	18-20	20-22	20-22	22-24	22-24	24-26	24-26	26-29	26-29	29-32	29-32



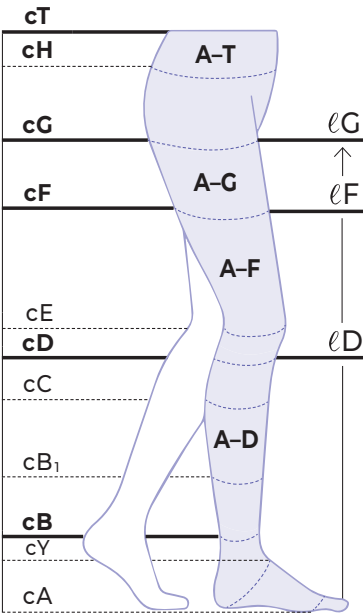
Comprimento cm					
curto*	31 – 34	curto	56 – 64	curto**	56 – 64
normal	35 – 40	normal	65 – 74	normal	65 – 74
longo	41 – 45	longo	75 – 84	longo	75 – 84

* comprimento curto disponível apenas em Essential THERMOREGULATING A-D com Banda macio em CCL 2, cores preto e natural; não disponível como maxifoot
** comprimento curto disponível apenas em Essential THERMOREGULATING A-T com Banda macio em CCL2 e 3, cor natural

A-D = Abaixo Joelho; **A-G** = Coxa; **A-T** = Collants; **A-T Maternidade** = para mulheres grávidas e de tamanho grande: as medidas de circunferência cH e cT são substituídas por um componente de calça adaptável especial.

Sistema de tamanho de circunferência e comprimento para Essential **CLASSICAL**

	Circunferência cm					
	S	S Plus	M	M Plus	L	L Plus
cT	até 80	até 80	até 90	até 90	até 100	até 100
cH	até 110	até 110	até 120	até 120	até 130	até 130
cG	42-52	50-60	50-60	58-68	58-68	66-76
cF	41-50	45-54	48-57	53-62	55-64	61-70
cE	32-37	36-41	35-40	40-45	38-43	44-49
cD	28-34	32-38	31-37	36-42	34-40	40-46
cC	31-36	35-40	34-39	39-44	37-42	43-48
cB ₁	24-29	24-29	29-32	29-32	32-36	32-36
cB	19-23	19-23	23-26	23-26	26-29	26-29
cY	28-32	28-32	32-35	32-35	35-38	35-38
cA	19-23	19-23	23-26	23-26	26-29	26-29



Comprimento cm							
curto	33 – 37	short	56 – 60	short	61 – 70	short	61 – 70
longo	38 – 44	long	61 – 70	long	71 – 80	long	71 – 80

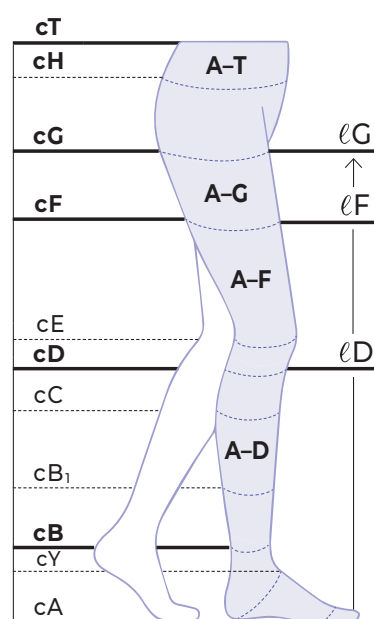
lD	lF	lG	lG

A-D = Abaixo Joelho; **A-F** = Meia-coxa; **A-G** = Coxa; **A-T** = Collant

TABELA DE MEDIDAS

Sistema de tamanho de circunferência e comprimento
para Specialities **TRADITIONAL**, Specialities **ULCER X**

	Circunferência cm								
	XS	S	S Plus	M	M Plus	L	L Plus	XL	XL Plus
cT		até 80	até 80	até 90	até 90	até 100	até 100		
cH		até 110	até 110	até 120	até 120	até 130	até 130		
cG	40-50	42-52	50-60	50-60	58-68	58-68	66-76	61-71	69-79
cF	39-48	41-50	45-54	48-57	53-62	55-64	61-70	58-67	64-73
cE	29-34	32-37	36-41	35-40	40-45	38-43	44-49	41-46	48-53
cD	26-32	28-34	32-38	31-37	36-42	34-40	40-46	38-43	44-49
cC	28-31	31-36	35-40	34-39	39-44	37-42	43-48	40-45	47-52
cB₁	21-24	24-29	24-29	29-32	29-32	32-36	32-36	35-39	35-39
cB	17-19	19-23	19-23	23-26	23-26	26-29	26-29	29-32	29-32
cY	25-28	28-32	28-32	32-35	32-35	35-38	35-38	38-41	38-41
cA	17-19	19-23	19-23	23-26	23-26	26-29	26-29	29-32	29-32



Comprimento cm							
curto	33 – 37	curto	56 – 60	curto	61 – 70	curto	61 – 70
longo	38 – 44	longo	61 – 70	longo	71 – 80	longo	71 – 80
				extra-long*	81 – 90		

--	--	--	--

* comprimento extralongo disponível apenas para TRADITIONAL A-G Post-OP

A-D = Abaixo Joelho; **A-F** = Meia-coxa; **A-G** = Coxa; **A-T** = Collants; **A-T** Maternidade = para mulheres grávidas e de tamanho grande: as medidas de circunferência cH e cT são substituídas por um componente de calça adaptável especial

Tamanhos disponíveis para Specialities **TRADITIONAL**, Specialities **ULCER X**

	Classe de compressão	Tamanhos									Comprimento		
		XS	S	S PLUS	M	M PLUS	L	L PLUS	XL	XL PLUS	curto	longo	extra longo
 A-D Abaixo Joelho	CCL 2	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	
	CCL 3		●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	
	CCL 4		● ¹	● ¹	● ¹	● ¹	● ¹	● ¹			●	●	
 A-F Meia coxa	CCL 2	● ¹	●	●	●	●	●	●	● ¹	● ¹	●	●	
	CCL 3		●	●	●	●	●	●			●	●	
	CCL 4			● ¹		● ¹		● ¹			●	●	
 A-G Coxa	CCL 2	● ^{1,2}	●	●	●	●	●	●	● ^{1,2}	● ^{1,2}	●	●	
	CCL 3		●	●	●	●	●	●			●	●	
	CCL 4			● ¹		● ¹		● ¹				●	
 A-G Coxa com cinto	CCL 2		●	●	●	●	●	●			●	●	
	CCL 3			●		●		●			●	●	
 A-G Pós-Operatório	CCL 2			●		●		●			●	●	●
	CCL 3			●		●		●			●	●	●
 A-T Collant A-T Maternidade	CCL 2			●		●		●			●	●	
 A-T para homem	CCL 2			●		●		●			●	●	
ULCER X Kit*	~45 mmHg (~ 6.0 kPa)	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	

¹ Apenas 1 modelo disponível sem Banda superior

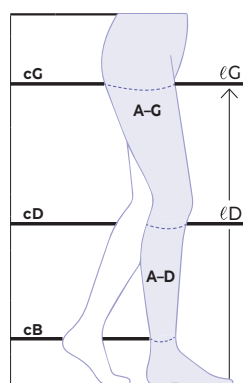
² Apenas 2 modelos disponíveis em longo

*** Notas sobre os tamanhos das meias inferiores disponíveis separadamente para **ULCER X** specialities:**

Tamanho Kit ULCER X	Tamanho meias inferiores (conjunto de 4)
XS curto	S curto
XS longo	S longo
S curto, S Plus curto	S curto
S longo, S Plus longo	S longo
M curto, M Plus curto	M curto
M longo, M Plus longo	M longo
L curto, L Plus curto	L curto
L longo, L Plus longo	L longo
XL curto, XL Plus curto	XL curto
XL longo, XL Plus longo	XL longo

TABELA DE MEDIDAS

Sistema de tamanho de circunferência e comprimento para Specialities **THROMBO & THROMBO X**



THROMBO X Circunferência (cm)	cB	cD	cG
pequeno	18-22 cm	29-35 cm	43-54 cm
médio	22-26 cm	34-40 cm	48-60 cm
grande	26-29 cm	39-45 cm	54-66 cm
extra grande	29-32 cm	44-51 cm	60-72 cm
xx-grande ¹	32-35 cm	50-56 cm	67-80 cm

¹ apenas para o comprimento normal

THROMBO X Comprimento (cm)	lD	lG
curto	33-38 cm	60-70 cm
normal	38-43 cm	70-80 cm
longo	43-48 cm	80-90 cm

THROMBO Circunferência (cm)	cB	cD	cG
extra pequeno ²	17-19 cm	≤ 34 cm	≤ 52 cm
pequeno	19-23 cm	≤ 38 cm	≤ 60 cm
médio	23-26 cm	≤ 42 cm	≤ 68 cm
grande	26-29 cm	≤ 46 cm	≤ 76 cm

² não disponível para A-G Coxa com cinto de ligas

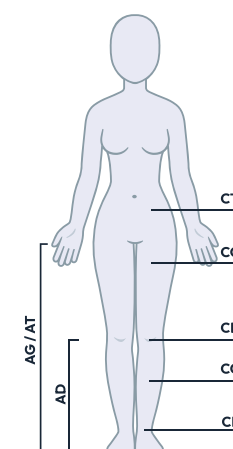
THROMBO Comprimento (cm)	lD	lG
curto	≤ 37 cm	≤ 70 cm
longo	≥ 38 cm	≥ 71 cm

Essential Semi-Transparente

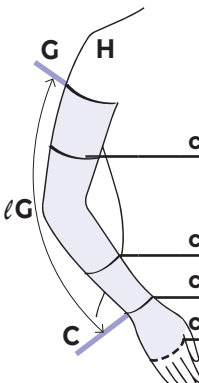
Standard					Morpho Moins		Morpho Plus		
CB Tornozelo		CC Gêmeo	CG Coxa	CT Cintura	CC Gêmeo	CG Coxa	CC Gêmeo	CG Coxa	CT Cintura
XS	17-19	27-35	42-55						
S	19-22	30-38	45-58	≤ 100	26-34	35-45	34-42	58-68	≤ 108
M	22-24	33-41	49-62	≤ 107	29-37	39-49	37-45	62-72	≤ 118
L	24-26	37-45	54-67	≤ 114	33-41	44-54	41-49	67-77	≤ 128
XL	26-29	40-48	56-69	≤ 121	36-44	46-56	44-52	69-79	≤ 138
XXL	29-32	43-51	62-75	≤ 121			47-55	75-85	≤ 138

Altura

Cm	AD	AG / AT	Tamanho
Normal	≤ 40	≤ 75	36/40
Longa	≥ 40	≥ 75	37/41



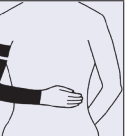
Sistema de tamanho de circunferência e comprimento para Mangas Specialities



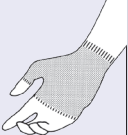
Circunferência ADVANCE cm											TRADITIONAL Circunferência cm		
	XS	XS Plus²	S	S Plus²	M	M Plus²	L	L Plus²	XL	XL Plus²	S	M	L
cF	24-32	32-38	26-34	34-40	29-37	37-43	32-40	40-46	34-42	42-48	24-30	30-36	36-42
cD											20-24	24-28	28-32
cC	13-14	13-14	14-16	14-16	16-18	16-18	18-20	18-20	20-23	20-23	13-16	16-19	19-22
cA¹	16-20	16-20	17-21	17-21	18-22	18-22	19-23	19-23	20-24	20-24	16-19	19-22	22-25

¹ apenas para luvas (A-C)
² sem tamanhos grandes disponíveis para ADVANCE A-G sem Banda silicone e C-G sem Banda silicone

Comprimento ADVANCE cm	
normal	<43
longo	>43

			
com luva com Elástico	com luva com Banda superior Sensinova	sem luva com Elástico	sem luva com Banda superior Sensinova

Comprimento TRADITIONAL cm	
normal	40 – 46
longo	46 – 52

				
luva separada	sem luva com alças de apoio (braço)	sem luva com Banda superior	com luva com alças de apoio (braço)	com luva com Banda superior

VALORES DE COMPRESSÃO, INDICAÇÕES E CONTRAINDICAÇÕES

Usar meias de compressão é uma terapia eficaz contra doenças venosas crônicas e agudas, impedir trombose do viajante, aranhas vasculares ou veias varicosas durante a gravidez. Recomendamos a utilização de meias de compressão médica só após consultar um médico (especialista).

VALORES DE COMPRESSÃO NO TORNOZELO

Existem quatro classes de compressão. Os especialistas também falam de CCL 1 a 4: a classe mais alta, a compressão mais forte: é a pressão exercida pela meia de compressão médica. A pressão é expressa em mmHG (milímetros de mercúrio) ou kPa (quilopascals).

- **Nível de compressão 1 / CCL 1:**
18–21 mmHg; kPa valor: 2.4–2.8
- **Nível de compressão 2 / CCL 2:**
23–32 mmHg; kPa valor: 3.1–4.3
- **Nível de compressão 3 / CCL 3:**
34–46 mmHg; kPa valor: 4.5–6.1
- **Nível de compressão 4 / CCL 4:**
min. 49 mmHg; kPa valor: ≥6.5

INDICAÇÕES

A terapia de compressão é, em geral prescrita por um médico para as doenças que se seguem¹:

Doenças venosas crônicas

- Melhorar sintomas venosos
- Melhorar a qualidade de vida de doenças venosas crônicas
- Prevenir e tratar edema venoso
- Prevenir e tratar alterações venosas da pele
- Eczema e pigmentação
- Lipodermatosclerose e atrofia branca
- Tratar úlceras venosas nas pernas
- Tratar úlceras mistas (arteriais e venosas) nas pernas (tendo em conta as contraindicações)
- Prevenir úlceras venosas recorrentes nas pernas
- Redução da dor das úlceras venosas nas pernas
- Varicose
- Fase inicial após terapia de varicose
- Insuficiência venosa funcional (com obesidade, e trabalhos sentados ou de pé)
- Malformações venosas

Doenças trombóticas venosas

- Trombose venosa superficial
- Trombose das veias profundas
- Trombose das veias do braço
- Condições pós-trombóticas
- Síndrome pós-trombótico
- Profilaxia da trombose em pacientes móveis

Edema

- Linfedema • Edema durante a gravidez
- Edema pós-traumático • Edema pós-cirúrgico
- Edema de reperfusão pós-cirúrgico
- Edema cíclico idiopático • Lipedema de estágio II
- Congestão em resultado da imobilidade (síndrome de congestão artrogénica, paresia e paresia parcial das extremidades)
- Edema ocupacional (trabalhos sentados ou de pé)
- Edema induzido pelos medicamentos, na impossibilidade de alterar o medicamento

Outras indicações

- Obesidade com insuficiência venosa funcional
- Dermatose inflamatória nas pernas
- Náusea e tonturas durante a gravidez
- Condições congestivas durante a gravidez
- Condições pós-queimadura • Tratamento de cicatrizes

CONTRAINDICAÇÕES

As meias de compressão médica não devem ser usadas nos seguintes casos:

- Doença oclusiva arterial periférica avançada (se se aplicar um dos seguintes parâmetros: ABI <0,5, pressão arterial no tornozelo <60 mmHg, pressão arterial nos dedos do pé <30 mmHg ou TcPO2 <20 mmHg instep).
- Insuficiência cardíaca descompensada (NYHA III + IV)
- Tromboflebite séptica
- Flegmasia cerulea dolens

Contraindicações relativas, nas quais podem ser pesados os benefícios e os riscos, em particular:

- Dermatose exsudante severa
- Intolerância ao material de compressão
- Perturbações sensoriais severas da extremidade
- Neuropatia periférica avançada (p. ex., na diabetes mellitus)
- Poliartrite crónica primária

RISCOS E EFEITOS SECUNDÁRIOS

MCS pode causar necrose da pele e danos por pressão aos nervos periféricos em especial se manuseado de forma inadequada. Em casos de pele sensível, pode ocorrer comichão, escamação e sinais de inflamação sob os auxiliares de compressão. É por isso que se aconselha a utilização de um cuidado adequado da pele sob os auxiliares de compressão.

¹ Guideline da Sociedade Germânica de Flebologia sobre Meias de Compressão Médicas, Phlebology 2019; AWMF (Associação das Sociedades Científicas Médicas) registo: 037/005

SELEÇÃO DE BEM-ESTAR



de **SIGVARIS**



O QUE SIGNIFICA DENIER (D/DEN)?

O número denier informa sobre a contagem de fios usada e indica quantos gramas pesa um fio por cada 9000 metros. Quanto mais elevado for o número denier, mais espesso é o fio e mais opacas serão as meias.

Exemplo 70 denier:
9000 metros de fio com 70 gramas de peso



DELILAH

de SIGVARIS

DELILAH de SIGVARIS cria um aspeto elegante com o seu visual apelativo e ampla seleção de cores. Para um maior bem-estar todos os dias..

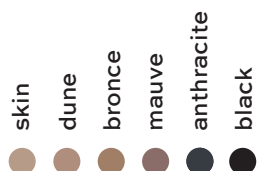
INFORMAÇÕES



PARA ELA

- Pernas leves todos os dias graças a um apoio visível
- Aparência naturalmente atraente graças a um visual semitransparente
- Conforto máximo e maior tempo de vida da meia devido ao elástico do calcanhar reforçado e aos dedos elásticos

CORES



DELILAH

SELEÇÃO

MODELOS E CORES

DELILAH

Mesh 140D

forte e elegante

		skin	dune	bronze	mauve	anthracite	black
Abaixo Joelho		●	●	●	●	●	●
Abaixo Joelho sem dedos		●					
Coxa		●	●	●	●	●	●
Collants		●	●	●	●	●	●
Collants Plus		●	●	●	●	●	●
Collants de Maternidade		●	●	●	●	●	●

DELILAH

Flat 70D/ Flat 140D

fino e brilhante

		skin	dune	bronze	mauve	anthracite	black
Abaixo Joelho		●	●	●	●	●	●
Coxa		●	●	●	●	●	●
Collants		●	●	●	●	●	●
Collants Plus		●	●	●	●	●	●
Collants de Maternidade		●	●	●	●	●	●



MESH E FLAT

«mesh» e «flat» são tipos diferentes de padrões de malha. A diferença é clara tanto em termos visuais como ao tato.

MESH: padrão do ponto mais aberto e estruturado

FLAT: sensação mais sedosa e mais suave

SISTEMA DE TAMANHOS

DELILAH
de **SIGVARIS**



TAMANHO DO CALÇADO
PARA ELA

EU	UK	
35-37	3-4.5	1
38-39	5-6	2
40-41	6.5-7.5	3
42-44	8-9.5	4



Meias
até à Coxa



Collants



Collants
Plus*

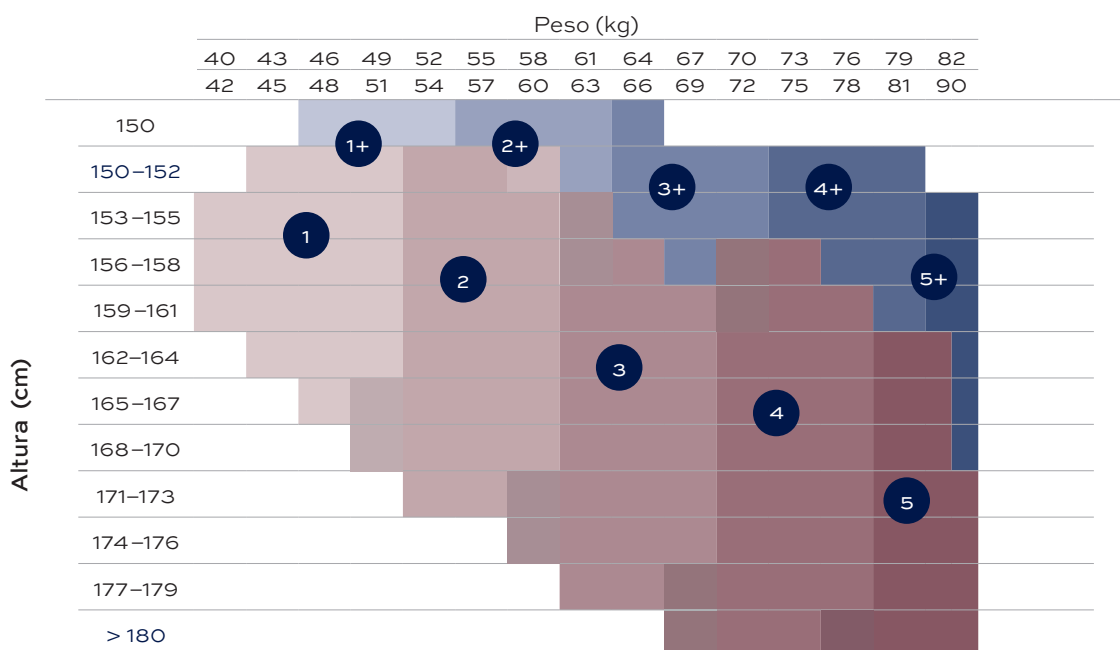


Collants
Maternidade



*ver tamanhos

1+ a 5+



PARA LEVEZA NA VIDA QUOTIDIANA



SAMSON

de SIGVARIS

Para um maior bem-estar todos os dias: SAMSON de SIGVARIS para mulher e homem com algodão processado oferece conforto e a estrutura estriada cria um visual elegante.

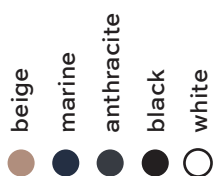
INFORMAÇÕES



COMPRESSÃO
GRADUADA

MODELO E CORES

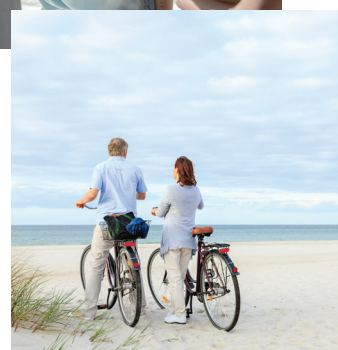
Meia até
ao joelho



beige
marine
anthracite
black
white

PARA ELE E PARA ELA

- Pernas leves todos os dias graças a um apoio visível
- O algodão amigo da pele garante absorção de humidade e, por conseguinte, uma sensação agradável para a pele
- Conforto máximo graças a um punho amplo e uma costura plana nos dedos



TAMANHO DO CALÇADO PARA ELE E PARA ELA

EU	UK	
36-37	3.5-4.5	1
38-39	5-6	2
40-41	6.5-7.5	3
42-43	8-9	4
44-45	9.5-10.5	5
46-47	11-12	6



EXCELENTE VISUAL EXCELENTE SENSAÇÃO



MICROFIBER SHADES

de SIGVARIS

Cores com estilo para um maior bem-estar: MICROFIBER SHADES de SIGVARIS. A linha de meias com padrões e cores elegantes é ideal tanto para trabalho como para lazer. O material em microfibra suave é confortável na pele e afasta a humidade do corpo.

INFORMAÇÕES



PARA ELA E PARA ELE

- Pernas leves todos os dias graças a uma compressão visível
- Microfibra amiga da pele garante uma excelente absorção de humidade e, por conseguinte, uma sensação agradável para a pele
- Padrões e cores elegantes



MICROFIBRA

A microfibra caracteriza-se por ser fina. A sua utilização confere à meia uma sensação suave e sedosa e é gentil com a pele. A microfibra é respirável e afasta a humidade do corpo, tornando a sua utilização confortável.





MICROFIBRA

A microfibra caracteriza-se por ser fina. A sua utilização confere à meia uma sensação suave e sedosa e é gentil com a pele. A microfibra é respirável e afasta a humidade do corpo, tornando a sua utilização confortável.



MICROFIBER SHADES SELEÇÃO

MODELO E CORES

Meia até
ao joelho



wine mini-stripe



jeans mini-stripe



onyx mini-stripe



platin argyle



cherry argyle



purple argyle



PARA ELA



TAMANHO DO
CALÇADO PARA ELA

EU	UK	
35-37	3-5	A
38-40	5.5-7.5	B
41-44	8-10	C



COMPRESSÃO
GRADUADA

Meia até
ao joelho



graphite stripe



dark navy stripe



onyx stripe



purple argyle



royal blue argyle



graphite argyle



PARA ELE



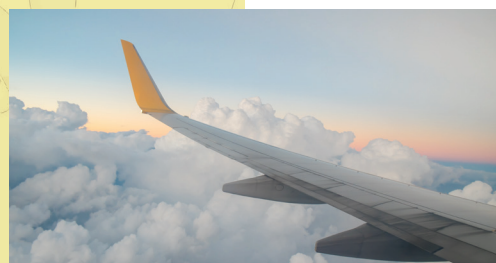
TAMANHO DO
CALÇADO PARA ELE

EU	UK	
39-41	5.5-7.5	A
42-44	8-10	B
45-48	10.5-13	C



COMPRESSÃO
GRADUADA

AS PERNAS LEVES VIAJAM BEM



TRAVENO

de SIGVARIS

Quer seja no avião, de carro ou de comboio: se estiver sentado durante um longo período, o tempo de regresso do sangue das veias da perna é reduzido. Os pés e as pernas podem doer. Em casos raros, pode ocorrer uma trombose venosa profunda com o risco de embolismo pulmonar.

As meias de apoio de viagem TRAVENO de SIGVARIS melhoram a circulação sanguínea nas pernas através de uma pressão suave. Devido ao inovador tecido de malha, TRAVENO previne odores e é confortável ao mesmo tempo que liberta as pernas do desconforto quando viaja. Para um maior bem-estar quando viaja.



INFORMAÇÕES



COMPRESSÃO
GRADUADA

MODELO E CORES

Meia até
ao joelho



dune



marine



anthracite



black



PARA ELA E PARA ELE

- Pernas leves quando viaja graças a um apoio visível
- Reduz o inchaço nas pernas
- Respirável e de cuidado fácil
- O tecido de malha inovador previne os odores



TAMANHO DO CALÇADO
PARA ELA E PARA ELE

EU	UK	
36-37	3.5-4.5	1
38-39	5-6	2
40-41	6.5-7.5	3
42-43	8-9	4
44-45	9.5-10.5	5
46-47	11-12	6



SELEÇÃO BEM-ESTAR



DELIAH
de **SIGVARIS**



SAMSON
de **SIGVARIS**



MICROFIBER
de **SIGVARIS**



TRAVENO
de **SIGVARIS**

DEDICAMO-NOS A AJUDAR AS PESSOAS
A SENTIREM-SE NO SEU MELHOR.
TODOS OS DIAS.



Distribuidor exclusivo / Portugal

SAÚDE PORTUGAL LDA

Avenida José Francisco Guerreiro Paiã Park

Armazém A2.7 1675-077 Pontinha Portugal

Telefone +351 217 165 693

geral@saudeportugal.pt

www.saudeportugal.pt