LIDL

Vale mesmo a pena.

Cien



Beleza Inteligente

Novidades que interessam conhecer

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.**



Cien

Índice

Cuidado Capilar 04
- Gama Cabelo 06
- Styling 12

Cuidado Corporal 20
- Limpeza 22
- Hidratação 27

Cuidado Facial 34
- Limpeza 36
- Cremes de Rosto:
  - Todas as Idades 38
  - Primeiras Rugas 40
  - Rugas Pouco Acentuadas 42
  - Peles Maduras 44
  - Peles Muito Maduras 45
- Complementos 46

Cuidado Deo 50

Cuidado Shaving 56
- Espuma/ Gel/ After 58
- Depilação 60

Cuidados Extra 64

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. Descobre os produtos Cien e escolhe o melhor para o teu cabelo**.



CIEN
Champô Seco
nº157246


Cien

Nature's Beauty

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**.

Embalagens com **50%** de plástico reciclado*

* Excepto tampa

Preservamos recursos
Embalagem ecorresponsável

Vegan





CIEN
Champô Nature's Beauty
nº136846

CIEN
Condicionador Nature's Beauty
nº136839

CIEN
Máscara Nature's Beauty
nº156307

Cien

Dicas para Cabelo bonito e saudável



LAVAGEM:
Lava o cabelo com **água morna**.
Usa produtos para **o teu tipo de cabelo**.
Uma vez por semana, aplica uma **máscara**.
Massaja, não esfregues o couro cabeludo.
Ao enxaguar, termina com **água fria**.
Seca o cabelo com uma toalha, **sem esfregar**.

SECAGEM:
Penteia **suavemente** o cabelo.
Usa o secador a **15 cm de distância**.
Evita **temperaturas muito altas**.
Usa um **protetor térmico**.
Evita o **uso de pranchas**.
Aplica um **sérum** nas pontas.

ESTILO DE VIDA:
Bebe água.
Segue uma **dieta equilibrada**.
Se necessário, toma um **suplemento**.
Corta o cabelo a cada 3 meses.
Dorme bem.
Faz **exercício físico**.



Caracóis bem definidos e duradouros



CIEN
Champô com Queratina
nº5708076

CIEN
Condicionador com Queratina
nº5708081

CIEN
Máscara de Cabelo com Queratina
nº5706269

Vegan



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

CIEN
Espuma de Cabelo
nº141075

Cien

Eu tenho caracóis! E dou-lhes o cuidado que merecem.
Esta nova gama foi pensada para definir, nutrir e controlar o frizz, respeitando a forma natural do cabelo encaracolado.
Com fórmulas que ajudam a manter a hidratação e a elasticidade, os caracóis ficam mais suaves, brilhantes e com o movimento que os tornam tão únicos.



Champô Profissional de Caracóis
nº5720739

Máscara de Cabelo Profissional
nº5720744

Creme de Pentear Caracóis
nº5720745

Gel de Pentear Caracóis
nº5720746

Hairvital

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.



Recupera a vitalidade do Cabelo!



CIEN
Champô Hairvital
nº206652



CIEN
Condicionador Hairvital
nº206654

Provitamina

A **rotina completa** com Champô, Amaciador e Máscara. Cabelos com mais Cor & Brilho, mais Lisos & Sedosos ou Reparados & Protegidos? Escolhe o tratamento certo para um cabelo mais bonito... todos os dias.



CIEN
Champô Pro Vitamin
nº217954

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



CIEN
Pro Vitamin Champô
nº217954

CIEN
Pro Vitamin Condicionador
nº 206648

CIEN
Máscara de Cabelo
nº5718309

LISO & SEDOSO
Ideal para **cabelos difíceis de domar** que procuram mais suavidade.



CIEN
Pro Vitamin Champô
nº218596

CIEN
Pro Vitamin Condicionador
nº 206648

CIEN
Máscara de Cabelo
nº5718309

CIEN
Pro Vitamin Champô
nº217954

CIEN
Pro Vitamin Condicionador
nº8464

CIEN
Máscara de Cabelo
nº5714785

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



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

CIEN
Óleo de Argão
nº5720595

Sim, eu mereço!
Gama Profissional





Novos

PLEX
Champô Reparação
nº5720737

PLEX
Tratamento Intensivo
nº5720741

PLEX
Condicionador Leave-In
nº5720742

PLEX
Óleo Reparador
nº5720743

Gama profissional PLEX: quando o cabelo está frágil, sem brilho ou com pontas a pedir socorro, esta rotina entra em ação. Com tecnologia Plex, **ajuda a reparar, fortalecer e proteger a fibra capilar, para um cabelo mais resistente e com toque sedoso**. Começa com o Champô Reparação para **limpar e preparar**. Segue com o Tratamento Intensivo para **reforçar e devolver força**. Depois, aplica o Condicionador Leave-In para **suavizar e proteger sem enxaguar**. Finaliza com o Óleo Reparador para **selar, dar brilho e controlar o frizz**. Rotina completa em 4 passos, com resultado de aspeto profissional.

Vegan

CLÁSSICO
Para cabelos secos.

MAÇÃ
Para todos os tipos de cabelo.

LIMÃO
Para cabelos oleosos.



Cien

Champô com PH neutro para a pele

CIEN
Champô Anticaspa
nº206574

Cuidado capilar em formato familiar!



CIEN
Champô Familiar
nº1370





CIEN
Champô Familiar
nº1370



CIEN
Condicionador Familiar
nº5715546

Argão

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.



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
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 aspeto liso acetinado**.

Beleza fixante

Cien



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



Vegan

CIEN
Laca Spray para Cabelo
nº5719715

Queratina

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** que oferece aos cabelos um cuidado intensivo e reparador igual ao que encontras no teu cabeleireiro.

Cuida do cabelo como um profissional!





CIEN
Champô/ Condicionador Profissional
nº5719993



CIEN
Champô Profissional Reparador
nº92853

CIEN
Condicionador Profissional Reparador
nº92854





Ideal para todo o tipo de cabelos

CIEN
Laca Profissional Volume Queratina
nº92855

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**.





Vegan

CIEN
Champô para Uso Frequente
nº8059



CIEN
Champô Detox/ Micelar
nº 5716732

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**.

Vegan

CIEN
Gel de Banho/ Champô para Homem 3 em 1
nº 210659

Preservamos recursos
Embalagem ecorresponsável

Embalagens com **55%** de plástico reciclado*
* Excepto tampa



GEL MODELADOR

Wet-Look - Nível 4 para um penteado duradouro e **brilhante com efeito molhado.**
Control Total - Nível 5 para uma fixação extrema durante 24h.
Estilo profissional, sem colar.

CIEN
Gel para Cabelo
nº211887

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**. Conhece a beleza corporal da Cien e descobre por que razão lhe chamam **beleza inteligente**.




Cien

Sabonetes que são uma barra em nutrição









Vegan®

CIEN
Sabonete Sólido
nº24736

O poder da Glicerina



CIEN
Sabonete de Glicerina
nº6206371

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**.

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.



CIEN
Sabonete Líquido Glicerina/ Neutralizador de Odores
nº5709821



CIEN
Sabonete Líquido
nº5514468



CIEN
Sabonete Líquido Recarga
nº203771

Embalagens com

40%

de plástico reciclado*

* Excepto tampa

Preservamos recursos

Embalagem ecorresponsável

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**.



CIEN
Espuma de Banho
nº5514444



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

Cien

Amêndoa & Aveia

Rica em vitaminas e ácidos gordos essenciais, a amêndoa é profundamente **nutritiva e suavizante para a pele**. Transforma o banho num momento de cuidado, ajudando a **hidratar, proteger e devolver conforto mesmo às peles mais delicadas**.



A **Aveia** é uma excelente aliada 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.

ESCOLHA Nº1 DO CONSUMIDOR 2026 CONSUMER CHOICE
CIEN | LIDL MARCA PRÓPRIA - COSMÉTICA CORPO

CIEN
Gel de Banho de Amêndoa/ Aveia
nº5719203/ 5708231





Pele bonita e hidratada



91% de ingredientes de origem natural

Para peles secas e maduras.

CIEN
Gel de Banho
Q10
nº5705885

Cuidar do corpo também passa por abrandar e dar atenção aos pequenos momentos do dia. Com uma textura cremosa e um gesto simples, os cremes de duche CIEN tornam a rotina de higiene num momento de cuidado, conforto e verdadeiro bem-estar para a pele.



Vegan

CIEN
Creme de Duche
nº138047

CREME DE DUCHE CUIDADO PURO CIEN

Para uma rotina simples, **suave e essencial**, este creme de duche oferece uma solução para o dia a dia que acompanha os gestos de **higiene com conforto e delicadeza**. Uma escolha prática para quem procura um momento de cuidado leve e agradável todos os dias.

CREME DE DUCHE CALMANTE CIEN

Ideal para transformar o banho num momento de pausa e relax, o Creme de Duche Calmante CIEN **envolve a pele** proporcionando uma verdadeira **sensação de suavidade e bem-estar**. Uma opção pensada para quem valoriza um cuidado diário mais reconfortante e um ritual de higiene que convida a abrandar.

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: ureia, Q10 ou vital
nº98716

CIEN
Leite Corporal de Amêndoas
nº5701509/ 5701510

Vegan

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

Hidrata durante 24horas



CIEN
Loção Corporal
nº39910

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-te 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 tua pele um cuidado nutritivo mais reforçado durante 48h.





CIEN
Creme Hidratante
nº8048

3 cremes, os mesmos benefícios

Cuidam da pele com suavidade, **hidratam** em profundidade, **aumentam 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**.



CIEN
Creme Corporal Azeitona
nº5712313



Vegan

CIEN
Creme Corporal Argão/ Coco
nº5715607

O óleo esfoliante corporal, 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.



Vegan

CIEN
Esfoliante Corporal Coco/ Manga
nº176562

Manteiga e Esfoliante corporal hidratação intensa

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



Vegan

CIEN
Manteiga Corporal Coco/ Manga
nº38468

10 dicas para combater a Celulite



Segue uma boa alimentação

Bebe (muita) água

Evita o sal

Faz exercício

Termina o banho com água fria

Usa um bom hidratante

Usa cremes para a celulite

Come vegetais com frequência

Faz exfoliação à pele

Não uses roupa apertada

Cien

Beleza sem altos e baixos

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.



EFEITO 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.



EFEITO FRIO

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.

ESCOLHA Nº1 DO CONSUMIDOR 2026 CONSUMER CHOICE
CIEN | LIDL MARCA PRÓPRIA - COSMÉTICA CORPO

CIEN
Gel Anticelulite
nº5702757



Pés& Mãos

Embalagens com 50% de plástico reciclado*

* Excepto tampa

Preservamos recursos. Embalagem ecorresponsável

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
nº193005

ÓLEO DE AMÊNDOAS DOCES

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.



Vegan

CIEN Óleo de Amêndoas Doces
nº5907138

Cien



MADAME GLAMOUR

Cuidado de luxo com **manteiga de karité e óleo de argão**.

Vegan

HIDRATANTE

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.



Vegan

INTENSIVA

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.





Embalagens com **55%** de plástico reciclado*

* Excepto tampa

Preservamos recursos
Embalagem ecorresponsável

CIEN Creme para Mãos
nº168553

LIDL

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.




Cien

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 teu tipo de pele.



CIEN
Gel de Limpeza Suave/ Exfoliante
nº224024/ 224025



Vegan

CIEN
Leite de Limpeza
nº99961



CIEN
Água Micelar
nº218208

CIEN
Discos Desmaquilhantes
nº142067



CIEN
Discos Desmaquilhantes Ovais
nº207692





Cien

CIEN
Cotonetes de Algodão
nº202132

3 folhas



CIEN
Lenços de Higiene Facial 3 Folhas
nº191225



CIEN
Lenços de Higiene Facial
nº8024

2 folhas

CIEN
Toalhitas de Higiene Facial
nº197694



Cremes de Rosto

Sensação de pele hidratada e fresca o dia inteiro

Todas as idades





Vegan

CIEN
Creme Hidratante de Rosto 24h
nº51050

CREME SENSITIVE
Começa 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**.

Séruns

O Sérum Vitamina C Iluminador + Antioxidante Renovador ajuda a reforçar as defesas naturais da pele contra os radicais livres e a devolver luminosidade ao rosto. A fórmula com vitamina C contribui para um aspeto mais uniforme e revitalizado, ajudando a reduzir sinais de irritação. Textura leve, de rápida absorção e sem sensação oleosa: perfeita antes do hidratante ou da maquilhagem, para um brilho natural no dia a dia.

Cien



CIEN
Sérum Vitamina C Iluminador + Antioxidante Renovador
nº175925



ESCOLHA Nº1 DO CONSUMIDOR 2026
CONSUMER CHOICE
CIEN | LIDL
MARCA PRÓPRIA - COSMÉTICA ROSTO

CIEN
Sérum Facial Ácido Hialurónico + Ultra Hidratante
nº183825



CIEN
Sérum Facial Retinal + Ácido Hialurónico Aloé Vera
nº182905

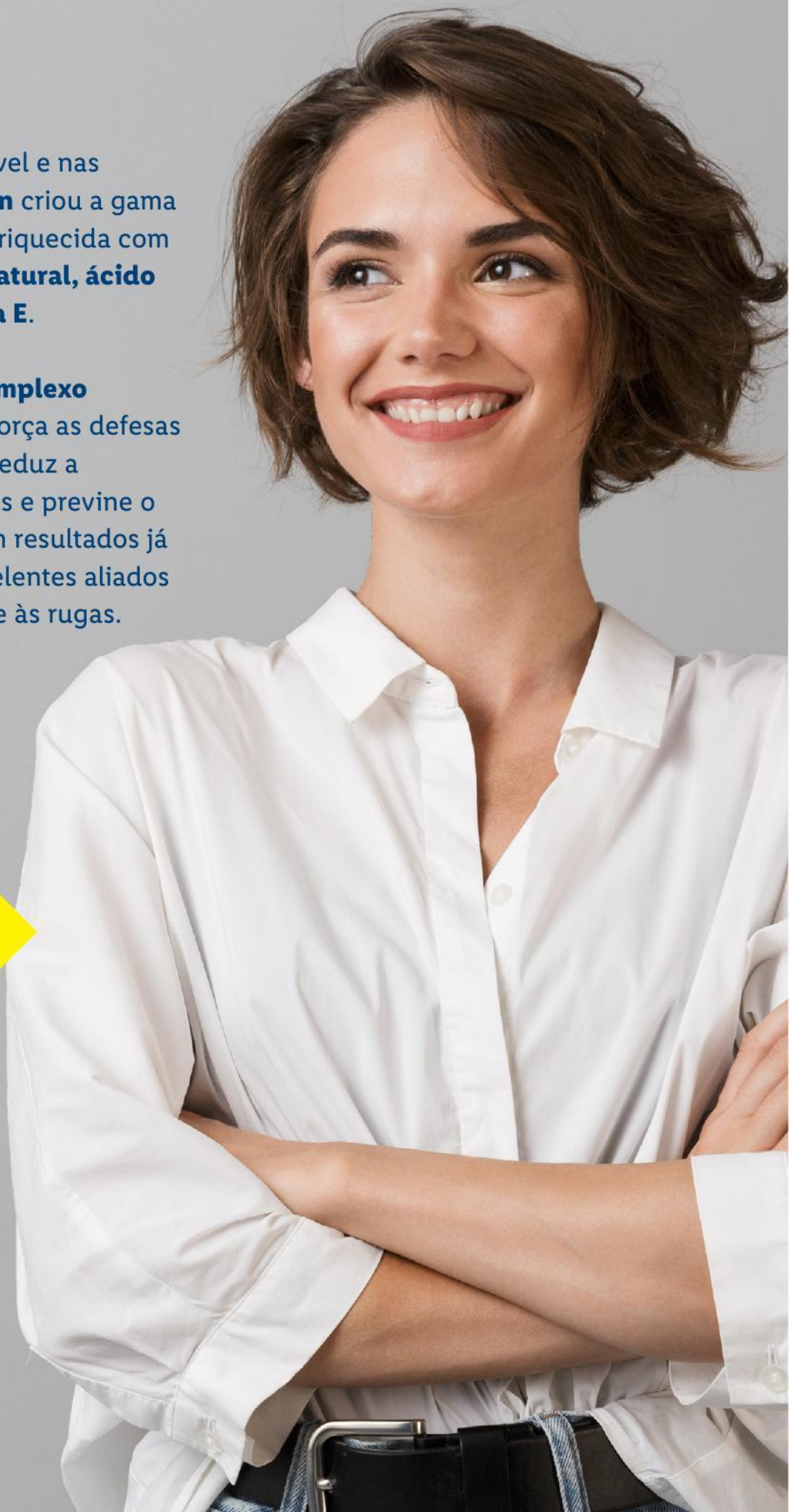
Q10

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



Vegan

CIEN
Q10 Contorno de Olhos
nº40003

Cien

Vegan

CIEN
Q10 Creme Anti-Rugas Dia
nº8092



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

Vegan

CIEN
Q10 Creme Anti-Rugas Noite
nº51048



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



Creme de Dia com FPS 15



CREME DE DIA
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).

Vegan

CIEN
Creme de Rosto Q10 + Vitamina C e E
nº175924



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

Laser Beauty

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.



Rugas pouco acentuadas

Idade recomendada:
+ 35 anos



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

CIEN
Sérum Laser Beauty
nº169206

Vegan

Creme de Dia com FPS 15





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

Vegan

CIEN
Creme Rosto Laser Beauty
nº181089

Gold

Cien

Peles Maduras

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.

Idade recomendada:
+ 40 anos



Vegan

ESCOLHA 2026 CONSUMER CHOICE Nº1 DO CONSUMIDOR
CIEN | LIDL MARCA PRÓPRIA - COSMÉTICA ROSTO

CIEN
Gold Creme de Rosto Dia/ Noite
nº5715998

CREMES DE ROSTO

Com 95% de ingredientes de **origem natural**, a sua fórmula nutritiva rica em vitaminas E e F que atuam como hidratantes e emulsionantes, acalma, regenera e hidrata em profundidade a **pele madura**, restaurando a sua barreira lipídica e facilitando a **regeneração celular noturna**.

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
nº5715177

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
nº5715181

Vital Beauty

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

Peles Maduras

Idade recomendada:
+ 40 anos



Creme de Dia com FPS 15



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**.

Age Beauty

Cien

Peles muito Maduras

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. Tem pH neutro para a pele.

Idade recomendada:
+ 50 anos



ESCOLHA Nº1 DO CONSUMIDOR 2026
CIEN | LIDL
MARCA PRÓPRIA - COSMÉTICA ROSTO





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

CREMES DE ROSTO DIA E NOITE

O complexo lipídico de óleo de soja, cera de abelhas e mel de Manuka **regeneram 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



Para todo o tipo de pele



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.



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.

Para peles sensíveis



CREME DE ROSTO HYDRO SENSITIVE

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

CIEN
Creme de Rosto Homem
nº76409



CIEN
Batom Hidratante
nº32440

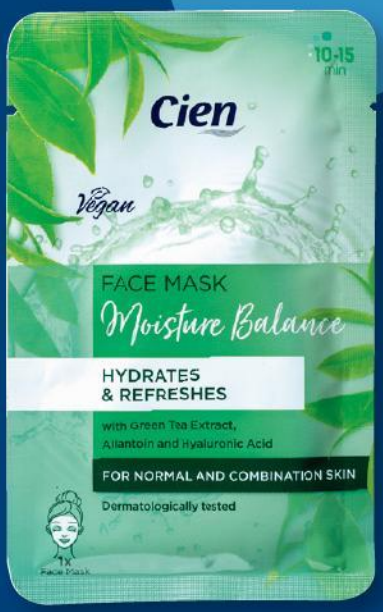


CIEN
Vaselina
nº5905381

Vaselina,
um pequeno frasco, um efeito gigante.

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

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 teu tipo de pele



2.

Aplica também o teu creme contorno de olhos antes da tua maquilhagem habitual



3.

No final do dia, desmaquilhar é muito importante. Limpa o rosto com o produto de limpeza Cien da tua preferência



4.

Faz uma máscara hidratante enquanto preparas o dia seguinte



5.

Coloca 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

< 20anos



Homem com rugas

> 28 anos



Mulher com pele madura

> 40 anos



1 rotina 3 pessoas diferentes

Cuidado
Deo

A transpiração pode ser muito incómoda 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.



Cien

cosmética natural certificada, vegan

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

48h de proteção



CIEN NATURE
Desodorizante Roll-On/ Spray Citrinos
nº158145

Vegan

LIDL

Eficácia e frescura de manhã à noite

MULHER

Acaba de vez com os problemas da transpiração.
Com os desodorizantes e antitranspirantes **vegan** da Cien,
sente-te segura contra o odor da transpiração,
mesmo a mais excessiva, por mais tempo.

Preservamos recursos
Embalagem ecorresponsável

Embalagens com
25%
de alumínio
reciclado*
* Excepto tampa

Vegan



CIEN
Desodorizante em Spray
nº8391

CIEN
Desodorizante Roll-On
nº5720036/ 5719704

Cien

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.

Embalagens com 25% de alumínio reciclado*
* Excepto tampa

Preservamos recursos
Embalagem ecorresponsável

Vegan





CIEN
Desodorizante Roll-On para Homem
nº5719699/ 5719701

CIEN
Desodorizante em Spray para Homem
nº8390

Frescura com aroma a oriente



CIEN
Brumas Flor Japonesa/ Monoi/ Chá Verde
nº579306



CIEN
Brumas Salted Caramel/ Jasmine & Pink Dragon Fruit/ Ipanema
nº5722737



Fragrâncias irresistíveis



CIEN
Monogotas Baunilha/ Coco/ Framboesa
nº5716918

Cuidado
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
nº210587

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 aloé 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
nº211980


Cien



CIEN
Máquina de Barbear
5 Lâminas + 2 Recargas
nº1001856



CIEN
Recargas
5 Lâminas
nº213894

Sente o poder calmante deste aftershave que deixa a tua pele protegida e suave depois do barbear.



Vegan

CIEN
After Shave
Bálsamo
nº51516

Gel, ou espuma

duas opções, um barbear firme e suave

Cien

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 de Barbear Sensitive
nº8168



Depilação da Mulher

Depilação fácil, rápida e ao teu ritmo. As soluções Cien são a escolha prática e funcional para todas as zonas do teu corpo. Fórmulas e materiais pensados para conforto e precisão, ideais para incluir na tua rotina de cuidados. Em casa ou em viagem, com a Cien tens sempre o essencial para manter uma pele suave e cuidada.

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**.

Cien

Pele lisa e suavemente perfumada

Vegan



CIEN
Bandas Depilatórias para Rosto
nº6009602



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 **controlo e precisão**.

CIEN
Lâminas Triplas Descartáveis
nº135006



CIEN
Lâminas Duplas Descartáveis
nº211979

Cuidados a ter antes e após a depilação

Antes da depilação

- Toma um banho morno para ajudar a abrir os poros



- Evita usar cremes e óleos hidratantes



- Evita esfoliar a pele 24 horas antes



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



- A exposição ao sol deve ser evitada



Cien

Após a depilação

- Hidrata e esfolia a tua pele com frequência para evitar pelos encravados



- Prefere roupas leves e pouco apertadas



- Usa cosméticos sem álcool na sua composição



- Evita saunas, banhos muito quentes e exposição ao sol



Segue as nossas dicas e a tua pele vai sentir a diferença.

Cuidados Extra

Nos pequenos gestos de todos os dias, também vive o cuidado inteligente. A Cien responde às necessidades mais práticas da rotina com a mesma confiança de sempre: soluções essenciais, úteis e versáteis, pensadas para acompanhar o dia a dia com eficácia e sempre ao melhor preço. Cuidar bem não é apenas para os grandes momentos, é também para os detalhes que fazem toda a diferença.



Cien









Mãos suaves & cuidadas

CIEN
Recarga Sabonete Protetor Dermo
nº5718337

CIEN
Sabonete Líquido Dermoprotetor
nº1369

Cien

sem acetona



CIEN
Removedor de Verniz Clássico/ sem Acetona
nº8564/ 65972



CIEN
Álcool Etílico 70°/ 96°
nº8281



CIEN
Água Oxigenada
nº5903180


Cien
Beleza
Inteligente
LIDL
Vale mesmo a pena.