

Revelamos tudo
o que você precisa
para espelhar a sua

estrela favorita

ANDRÉA QUITTO

Elas são lindas, famosas, impecáveis! Mas não pense que a genética por si só basta para exibir um visual tão perfeito. As beirdades tomam um supercuidado com o cabelo, a pele, os dentes, o corpo, as unhas, as mãos, os pés... Vamos ver o que é preciso para ficar parecida com elas?

Ana Hickmann conquiste a barriga zerada

A lipolight é um procedimento indicado para sobrinhas de gordura. A técnica, que remove apenas 2% do peso corporal (diferentemente da tradicional, que retira até 7%), é realizada por meio de uma seringa com uma microcânula, que promove a sucção do tecido adiposo. O custo do procedimento é de R\$ 3 mil a R\$ 7 mil. Outra opção para chapar o abdome é se submeter a sessões de estimulação russa, drenagem linfática, massagem modeladora ou **Manthus**. São tratamentos estéticos que estimulam a circulação sanguínea, dissolvem os nódulos de gordura e ajudam a desinchar e a eliminar gordura localizada. A sessão custa de R\$ 70 a R\$ 100 (há desconto para pacotes).

cabelo brilhante

Para manter o corte, os fios devem ser aparados a cada dois meses. O custo médio varia de R\$ 50 a R\$ 150. Uma boa hidratação precisa ser realizada a cada 15 dias, pelo menos, (custo médio R\$ 70). Por fim, a coloração (R\$ 120) é retocada a cada 30 dias (brancos e loiros, entre 15 e 20 dias).

pernas de babar

Não tem outro jeito: é preciso apostar na malhação. De acordo com Wilson Caldeira, da Reebok Sport Club (SP), é necessário frequentar a academia pelo menos três vezes por semana e realizar exercícios localizados, como leg press, cadeira extensora e mesa flexora. Custo: de R\$ 200 a R\$ 500 por mês.

unhas de gata

Para garantir garras afiadas é preciso ir à manicure uma vez por semana. E desembolsar, no mínimo, R\$ 12 por visita. Se você sofre com unhas fracas ou costuma roê-las pode apelar para a colocação das artificiais de porcelana. O resultado é bem natural e a durabilidade é permanente (desde que a manutenção ocorra a cada 15 dias). O legal é que dá para escolher o formato: redonda, quadrada, oval, amendoada. No Espaço Coiffeur Longevitá (RJ) o custo é de R\$ 120 por mês.