

CORPO E ALMA
NÃO VIVO SEM
MARINA SANVICENTE

ELA PEGA ONDA, FAZ IOGA E CUIDA DA ALIMENTAÇÃO. A BELA MARINA SANVICENTE, EX-MODELO E HOJE UMA DAS SÓCIAS DO COLHEITA – EVENTO DE MODA ITINERANTE EM SÃO PAULO –, NÃO ABRE MÃO DE PRATICIDADE. À ESPERA DO SEGUNDO FILHO, MANTÉM OS MESMOS HÁBITOS SAUDÁVEIS COM UM POUCO MAIS DE CUIDADO, COMO TODA GRAVIDEZ EXIGE

POR LUIZA SOUZA FOTOS ROBERTO SETTON BELEZA CARLOS CESÁRIO



PELE – Adoro cremes. Para os olhos, uso La Roche-Posay. Para o corpo, misturo um hidratante de leite de cabra com óleo de alecrim ou calêndula, que compro em São Francisco Xavier, no interior de São Paulo. Essa combinação deixa

a pele bem macia. Também uso produtos manipulados por Silvia Nahas, minha dermatologista.

REDERMIC EYES, LA ROCHE-POSAY. PREÇO MÉDIO: R\$119. SAC: 0800-7011552; ÓLEO DE ALECRIM E DE AMÊNDOA, MALY CARAN – ERVA VIVA. PREÇO MÉDIO: R\$ 22 (CADA). TEL. (12) 3926-1625; LOÇÃO CORPORAL LEITE DE CABRA, PANVEL. PREÇO MÉDIO: R\$ 11,50. SAC: 0800-6429001; DRA. SILVIA NAHAS. TEL. (11) 3123-5623

CABELO – Tenho frequentado o salão Laces and Hair. Gosto da filosofia deles de usar produtos naturais. Sem contar que é uma ótima alternativa para a gravidez, já que nesse período não posso usar nada químico no cabelo. LACES AND HAIR, WWW.LACESANDHAIR.COM.BR

TRUQUE – Uma amiga me ensinou um truque ótimo para um penteado de festa. Faço um coque e no centro dele coloco um pedaço de Bombril escondido. É um cabelo caprichado e fácil de fazer.



MAKE – Sempre acabo me maquiando no carro, meio correndo. Por isso, gosto mesmo é de praticidade. O blush é indispensável, para todas as ocasiões. Quanto à base, tem de ser da Shu Uemura. E o corretivo, que também uso como

batom para dar um efeito nude na boca, somente em bastão. ANTICERNES PINCEAU, BOURJOIS. PREÇO MÉDIO: R\$ 72. SAC: 0800-7043440; POWDER BLUSH, M.A.C. PREÇO MÉDIO: R\$ 89. SAC: 0800-2828998; FACE ARCHITECT SMOOTHING FLUID FOUNDATION, SHU UEMURA - WWW.SHUUEMURA.COM



ALIMENTAÇÃO – No momento, tenho seguido as dicas da Fernanda Scheer, nutricionista e amiga, especializada em alimentação para grávidas. Uma delas é comer ovo todos os dias, pois é fonte de colina, nutriente importantíssimo para a formação do cérebro do bebê. Verduras escuras, linhaça dourada e cenoura também não têm saído do meu prato! FERNANDA SCHEER, TEL. (11) 8547-5212

POSTURA – Pratico esporte desde pequena. Já fiz ginástica olímpica e vôlei. Mas, há três anos, sou adepta da ashtanga ioga. Faço em casa, com Mariana Maia, do Centro Vidya. CENTRO VIDYA, WWW.CENTROVIDYA.COM.BR



AROMAS – Não costumo ser fiel a perfumes. No momento tenho usado Chance, da Chanel. É muito bom! CHANCE, CHANEL. PREÇO MÉDIO: R\$ 443. SAC: 0800-7043440

SOL – Não consigo viver sem. Tento ir à praia quase todos os fins de semana com a minha família. Passo protetor, mas tomo sol sem medo, sem muita neurose.



ONDAS – Meu marido, o publicitário Márcio Santoro, adora surfar e eu me arrisco também. Já fizemos várias viagens em busca de ondas, para Fiji, Peru e Havaí. Também costumamos passar o réveillon em Fernando de Noronha, época boa para o surfe.



TRADIÇÃO – Todos os dias de manhã preparo chimarrão, ainda em jejum. Mas é sempre mais gostoso quando tomo com a minha família, em Porto Alegre. Adoro o ritual em conjunto, de colocar a erva, passar a cuia...

