



11h00

Carol chega ao salão *Laces and Hair*, onde faz as unhas, corta as longas madeixas e faz um tratamento a laser para fortalecer os fios. Em seguida, um rápido almoço antes da gravação do *IT MTV*. Menu leve: camarões sauteados no azeite de ervas e mix de folhas. Para sobremesa, doce de cupuaçu, típico da sua terra natal, o Pará



O DIA NEM BEM AMANHECEU e, às seis da manhã, Caroline Ribeiro já está de pé. O dia começa cedo para a top, uma rotina que, aliás ela já está acostumada desde os 15 anos, quando começou a carreira. Mas hoje, a necessidade de madrugar não é mais de um casting ou teste para desfile. Carol acorda cedo para fazer o café da manhã de seu filho, João Felipe, de 6 anos. "Faço questão", conta ela, casada com o empresário Paulo Rego. Cumprida a obrigação de mãe, só aí ela começa a dar conta de sua agenda profissional.

Na sexta-feira 7, **Gente** acompanhou a top em um dia de gravação de seu programa na MTV. À frente do *IT MTV* desde o final de 2007, Carol recebe amigos da moda para um bate-papo descontraído diante das câmeras. Mas antes de entrar no estúdio, a modelo precisa cumprir um extenso ritual, que começa no salão *Laces and Hair*, na zona sul de São Paulo. O lugar é famoso por reunir antigas amigas de passarela como Luciana Curtis, Isabella Fiorentino, Cassia Avila e Sabrina Gasperin. A modelo, porém, diz não ser habitué do local porque garante que não é vaidosa. "Eu nem tinha secador de cabelos em casa. Comprei um há pouco tempo", ri.

No salão, além de cortar as eternas longas madeixas, Caroline se submeteu a uma terapia a laser para fortalecer os fios e estimular o crescimento. "Sempre tive cabelos compridos, que nem Gabriela", divertiu-se, referindo-se à famosa personagem de Jorge Amado. A VJ também costuma fazer um tratamento à base de mel, que amansa os fios mais arrepiados, e uma limpeza com cânfora para tirar a oleosidade do couro cabeludo. "Aqui é tudo natural. Nada de químicos ou conservantes", explica. Na hora de pintar as unhas, ela escolheu um azul fosco chamado lápis lazúli. "Não é uma cor que eu usaria no dia a dia", assumiu, preferindo os tons mais suaves.