

Ана Паула Аросио:

мажусь глиной,
ем сырую рыбу,
тренирую рефлексy

Эта девушка живет на «Земле любви» и дарит нам надежду на то, что и мы можем там оказаться. Стоит только захотеть и заняться собой, взяв на вооружение секреты красоты и обольщения Аны Паулы.



Досье «Антенны»

- родилась: 16 июля 1975 в Сан-Паулу
- карьера: подиум — с 12 лет модель агентства Elite (была бразильским лицом L'Oréal), телевидение — в активе десяток сериалов (нам известна по «Земле любви», «Неукротимой Хильде» и «Земле любви, земле надежды»)
- семейное положение: не замужем (самый известный экз-жених — актер Маркос Палмейра)
- хобби: чтение книг по квантовой физике и прогулки верхом
- домашнее животное: коккер-спаниель
- секрет обольщения: быть самой собой

«Первый канал»

«ЗЕМЛЯ ЛЮБИ,
ЗЕМЛЯ НАДЕЖДЫ»

Будни, вечер

Секреты
красоты
вывела
Анна НИКОЛАЕВА

Волосы

Вырастают от природы. Цвет и длина меняются в зависимости от настроения хозяйки и предлагаемой роли (для образа Камиллы в «Земле любви, земле надежды» выбран медный оттенок). Секрет пышной шевелюры: ежедневное мытье детским шампунем, никакого кондиционера.

Глаза

«По-моему, это самая красивая часть меня, — говорит Ана Паула. — Но от них столько проблем! Как-то в Италии я два дня разбиралась с полицией: ясноглазые молоденькие бразильянки у них всегда под подо-

зрением — уж не собой ли торговать приехали? К тому же мои документы были: не в порядке: торопилась на модный показ и оформляла их впопыхах». Ради новой роли недавно стала носить «карие» контактные линзы (свой цвет — голубой).

Кожа

Спасаясь от коварного бразильского солнца, актриса мажется специальными кремами с самой высокой степенью защиты. Раз в неделю ходит на хромотерапию (на лицо накладывают цветную глину и растительные эссенции, а потом подсвечивают разноцветными лампами).

Грудь

Объем — 86 см. «Я не стесняюсь обсуждать прелести вандер-бра, — говорит актриса. — Тот, кто придумал этот вид бюстгалтеров, сделал женщинам с небольшой грудью настоящий подарок».

Бедра

Объем — 90 см. «Побольше двигайтесь и подалее обходите забегаловки с сэндвичами, тогда на бедрах не оседет ничего лишнего. В детстве я занималась кунг-фу, а теперь много плаваю. Плюс антицеллюлитный крем».

Талия

63 см. «Я ем все — рис, фасоль, мясо и даже мучное, но маленькими порциями», — рассказывает Ана Паула. Она предпочитает продукты, богатые клетчаткой и углеводами. Утром — овсянка, на ланч — бутерброд (хлеб из муки грубого помола), днем — тушеная курочка с рисом,

вечером — овощной салатик и фрукты. «Если я съем кусок торта с кремом, то следующую неделю ни крошки сладкого во рту не будет. Когда работала в Японии, пристрастилась к суши и сашими. Они мое спасение, ведь от сырой рыбы особо не поправишься». Вес Аны Паулы — 52 кг.

Рост

Для манекенщицы, которая стремилась на подиумы Парижа и Нью-Йорка, 170 см — приговор. «Конечно, я мечтала быть повыше, но конституцию не изменишь», — сказала Ана Паула и пошла в фотомодели.

Ступни

Ножка у актрисы компактная — 37-й размер. Товарный вид ступней актриса поддерживает еженедельным педикюром, ванночками с морской солью, жирным кремом и рефлексотерапией (особая восточная техника массажа).

Ноги

«Самые красивые — у Синди Кроуфорд. Всегда мечтала о таком же теле. Поэтому купила видеокассету с ее комплексом упражнений», — признается актриса.

