

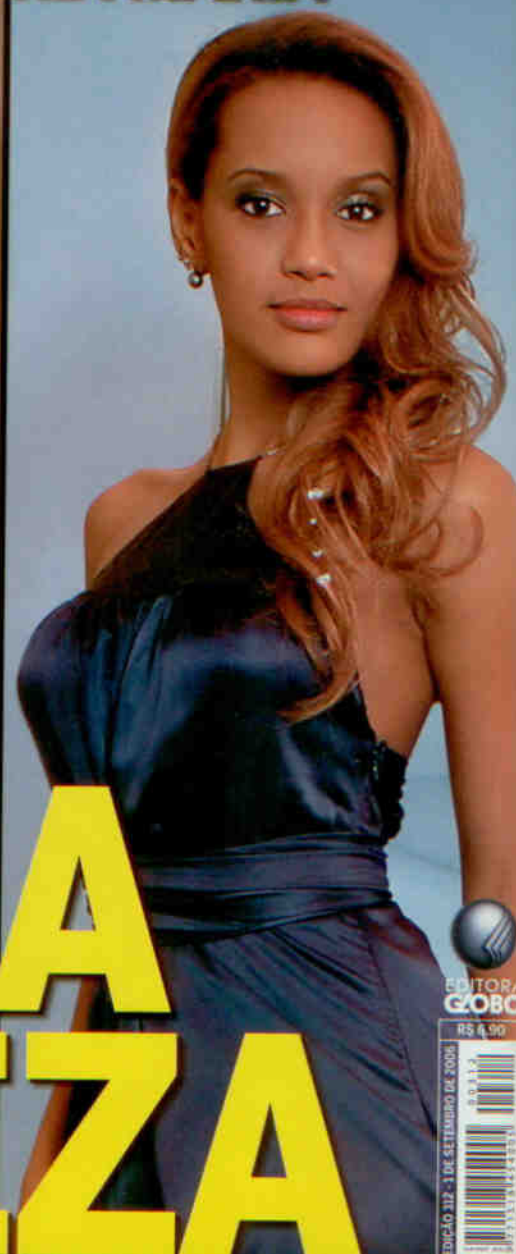
GRÁTIS! COMPRE **QUEM** E GANHE UM ROMANCE



QUEM

N T E

DEPOIS DO SUSTO
AS CONFISSÕES
SURPREENDENTES
DE **GLÓRIA MARIA**



A FAMA EMBELEZA

O que elas fizeram para se transformar
após o sucesso

Veja também as mudanças de **Adriane Galisteu, Juliana Paes, Paula Toller, Debora Bloch, Angélica** e outras



ANA HICKMANN



TAÍS ARAÚJO

EDITORIA
GOBO
R\$ 4,90
EDICAO 312 - 1 DE SETEMBRO DE 2008
5 93319 3
1100000000000



JENNIFER LOPEZ

37 anos – 1,66m, 54,5kg

O QUE ELA FEZ:

- *DIETA
- *KRAV MAGÁ
- *MALHAÇÃO
- *BRONZEAMENTO ARTIFICIAL
- *DERMATOLOGISTA

Dona do bumbum mais comentado de Hollywood, a atriz e cantora vive lutando contra a balança. Em busca de músculos definidos, faz dieta, pratica krav magá (técnica de defesa usada pelo exército israelense) e malha diariamente. Chega a acordar de madrugada para treinar com o personal **Gunnar Peterson**. Faz oito minirrefeições por dia, que incluem frango grelhado, salada verde e espinafre cozido, e evita comer doces. Apesar de ser naturalmente curvilí-

nea, já se rendeu ao silicone, mas acabou desistindo dos seios turbinados e retirou as próteses. A pele morena também ganha a ajuda de autobronzeadores para parecer ainda mais saudável. Seu dermatologista é **Nicholas Perricone**, o criador da fórmula do DMAE, ativo que deixa a pele mais lisa e esticadinha. **Jennifer Lopez** já declarou que o especialista é o segundo homem mais importante da sua vida – depois do maridão, **Marc Anthony**.