

Messy girl é tendência em 2024

Uma das tendências de maquiagem para 2024 é a messy girl. Na prática, trata-se de um visual que resgata referências dos anos 1990, adotando ao grunge chic. No recente filme *Saltburn*, a maquiagem da personagem Venetia Catton, interpretada por Alison Oliver, já se tornou inspiração para os telespectadores.

“Lápis de olho preto, delineador e paletas de sombra escuras são as queridinhas do momento. Esse trio é essencial para compor a messy girl make-up”, explica a especialista em beleza, Kelly Nogueira.

Para conquistar um olhar expressivo, experimente o lápis preto. Ao aplicá-lo ao longo da linha d’água e da pálpebra superior, crie um contorno ousado que destaque seus olhos de maneira intensa. “O segredo está em, após depositar o produto, esfumá-lo sutilmente com os dedos para obter um efeito borrado, adicionando um toque despojado e ousado ao visual.”



A aplicação de sombra preta desempenha um papel fundamental na composição do olhar arrojado. Esfume cuidadosamente nas pálpebras, estendendo-a para o côncavo. Complete o visual com uma camada generosa de rímel, enfatizando os cílios para um efeito dramático que captura a atenção.



drops



BEM-ESTAR PERSONALIZADO

POR ÂMIA CLÍNICA INTEGRATIVA
@clinica.amia

Cuidados PRÉ-CIRURGIA



A cirurgia plástica, além de proporcionar resultados estéticos, oferece aos pacientes um aumento na autoestima e na autoconfiança. Nesse processo, além de cautela na escolha do profissional e no pós-operatório, também é essencial ter atenção antes da operação.

Em geral, a preparação para uma cirurgia envolve aspectos físicos e psicológicos. E embora os cuidados possam variar de acordo com o tipo de operação, existem dicas universais.

- **Consulte o seu médico** - agende uma consulta prévia para discutir detalhes, esclarecer dúvidas e alinhar todas suas expectativas;
- **Exames em dia** - certifique-se de realizar todos que foram solicitados. Eles são fundamentais para avaliar sua saúde antes do procedimento;
- **Medicações e suplementos** - informe seu médico sobre o que você toma, pois ajustes podem acontecer;
- **Preparação emocional** - o apoio emocional é vital para um pós-operatório satisfatório. Ter a família e os amigos para apoiar e conversar tranquiliza;
- **Organize seu pós operatório** - antecipe-se! Ter uma equipe especializada para cuidar e auxiliar no que você precisa nesse momento conforta e acalma. Converse com uma fisioterapeuta para que ela passe informações sobre cada etapa.

Estamos aqui para te guiar em cada passo!



Fisioterapeuta
Dra. Ana Paula Corrêa

Âmia Clínica Integrativa

Avenida Doutor Maurício Cardoso, 833, sala 8, subsolo, Novo Hamburgo.
Telefone/Whatsapp (51) 99997.0236 | Siga: @clinica.amia