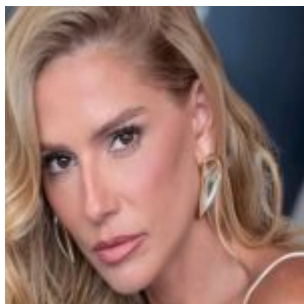


Deborah Secco posta foto de biquíni na beira da piscina. Veja fotos!

Category: ARTISTAS E FAMOSOS,GERAL

escrito por Ayumi Yohanna Miyamoto | 2 de abril de 2026



Entre momentos simples e pequenas pausas para respirar, março foi um desses períodos especiais para Deborah Secco, que decidiu abrir um pouco mais de sua rotina ao público.

Aos 46 anos, a atriz usou as redes sociais para publicar um “dump” com registros do mês, reunindo cenas que mostram diferentes lados da sua vida. “Obrigada, março! Você foi legal demais”, escreveu na legenda, resumindo o sentimento por trás das imagens.

Rotina leve, mas cheia de significado

Nas fotos, Deborah aparece em diversas situações do dia a dia: na academia, exibindo looks, recebendo flores e também em momentos de lazer. Um dos destaques foi a sequência de cliques de biquíni, primeiro com um modelo azul, à beira da piscina, renovando o bronzado, e depois com um biquíni amarelo, posando em frente ao espelho.



□ | **Divulgação**

A publicação também trouxe registros ao lado da filha, Maria Flor, e do humorista Carlinhos Maia.

Maternidade como prioridade

Mãe de Maria Flor, nascida em 2015, Deborah costuma compartilhar com frequência momentos ao lado da filha, mostrando a relação próxima e cheia de cumplicidade entre as duas.

Mesmo com a rotina intensa, a atriz mantém a maternidade como um dos pilares da sua vida, algo que também aparece de forma natural nas redes sociais.

Oportunidade de recomeçar

Além dos momentos leves, o mês também reflete uma fase de foco e disciplina. Após dez anos, Deborah retomou treinos mais intensos em 2024, buscando mais energia e equilíbrio para conciliar carreira e projetos pessoais.

A atriz tem adotado um estilo de vida baseado em saúde e bem-estar, mas sem abrir mão dos prazeres. Já revelou, por exemplo, que gosta de uma alimentação simples, com arroz e

feijão, e que a picanha está entre suas carnes favoritas.

Quando o assunto é doce, ela também não esconde que prefere manter o equilíbrio a cortar completamente. Entre suas paixões está a famosa Nutella, consumida com moderação.

Carinho do público

Nos comentários da publicação, seguidores não economizaram elogios. “Linda como uma rosa”, escreveu um fã. “Você é maravilhosa!”, comentou outro, reforçando a admiração que a atriz segue despertando.

Fonte: Splash UOL e Publicado Por: Jornal Folha do Progresso
02/04/2026/14:20:20

O formato de distribuição de notícias do [Jornal Folha do Progresso](#) pelo celular mudou. A partir de agora, as notícias chegarão diretamente pelo formato Comunidades, ou pelo canal uma das inovações lançadas pelo WhatsApp. Não é preciso ser assinante para receber o serviço. Assim, o internauta pode ter, na palma da mão, matérias verificadas e com credibilidade. Para passar a [receber as notícias](#) do Jornal Folha do Progresso, clique nos links abaixo siga nossas redes sociais:c

- [Clique aqui e nos siga no X](#)
- [Clica aqui e siga nosso Instagram](#)
- [Clique aqui e siga nossa página no Facebook](#)
- [Clique aqui e acesse o nosso canal no WhatsApp](#)
- [Clique aqui e acesse a comunidade do Jornal Folha do Progresso](#)

Apenas os administradores do grupo poderão mandar mensagens e saber quem são os integrantes da comunidade. Dessa forma, evitamos qualquer tipo de interação indevida. Sugestão de

pauta enviar no e-mail: folhadoprogresso.jornal@gmail.com.

Envie vídeos, fotos e sugestões de pauta para a redação do JFP (JORNAL FOLHA DO PROGRESSO) Telefones: WhatsApp [\(93\) 98404 6835](tel:5511984046835)– (93) 98117 7649.

“Informação publicada é informação pública. Porém, para chegar até você, um grupo de pessoas trabalhou para isso. Seja ético. Copiou? Informe a fonte.”

*Publicado por Jornal Folha do Progresso, Fone para contato 93 981177649 (Tim) WhatsApp: [-93- 984046835](tel:5511984046835) (Claro)
-Site: www.folhadoprogresso.com.br e-mail: folhadoprogresso.jornal@gmail.com/ou e-mail: adeciopiran.blog@gmail.com*

[0 papel da publicidade online no crescimento dos negócios digitais](#)