



# correcciones de inestetismos mediante el vestuario

Una de las parcelas que trabaja el Asesor de Imagen Integral en su cliente es el estilismo en el vestir. Además de ayudarle a definir el estilo más adecuado según sus necesidades, también debe estudiar qué prendas son las más convenientes para mejorar su morfología corporal.

**P**ara realizar las tareas de estilismo en el vestir, el asesor realizará un estudio anatómico del cliente desde el punto de vista físico y estético, referido a sus proporciones. Prestará especial atención al tipo de vestuario elegido y a los efectos ópticos que en él produce. Para corregir ciertos errores o inestetismos de su morfología se pueden aplicar algunos trucos que producirán mejoras aparentes en las proporciones corporales. Con la elección de determinadas prendas, se podrá conseguir que un cuello corto no lo parezca tanto o que un busto pequeño se vea realzado.

A continuación, apuntamos una serie de consejos para corregir algunos inestetismos muy comunes en los cuerpos femeninos.

## Piernas

Para mujeres con piernas largas y muy delgadas se recomiendan las faldas largas o por debajo de la rodilla, evitando las minifaldas y los pantalones cortos o shorts. También utilizar medias tupidas o de fantasía y evitar los pantalones muy ajustados. Por el contrario, para mujeres con piernas gruesas y cortas, se recomienda evitar las faldas o vestidos cortos y también los pantalones ajustados. Los colores de las prendas y los accesorios han de ser preferiblemente de la misma gama de luminosidad. En cuanto al calzado, se han de evitar los zapatos de pulsera (con tira en el tobillo) y se ha de optar por las líneas rectas y estilizado tacón.

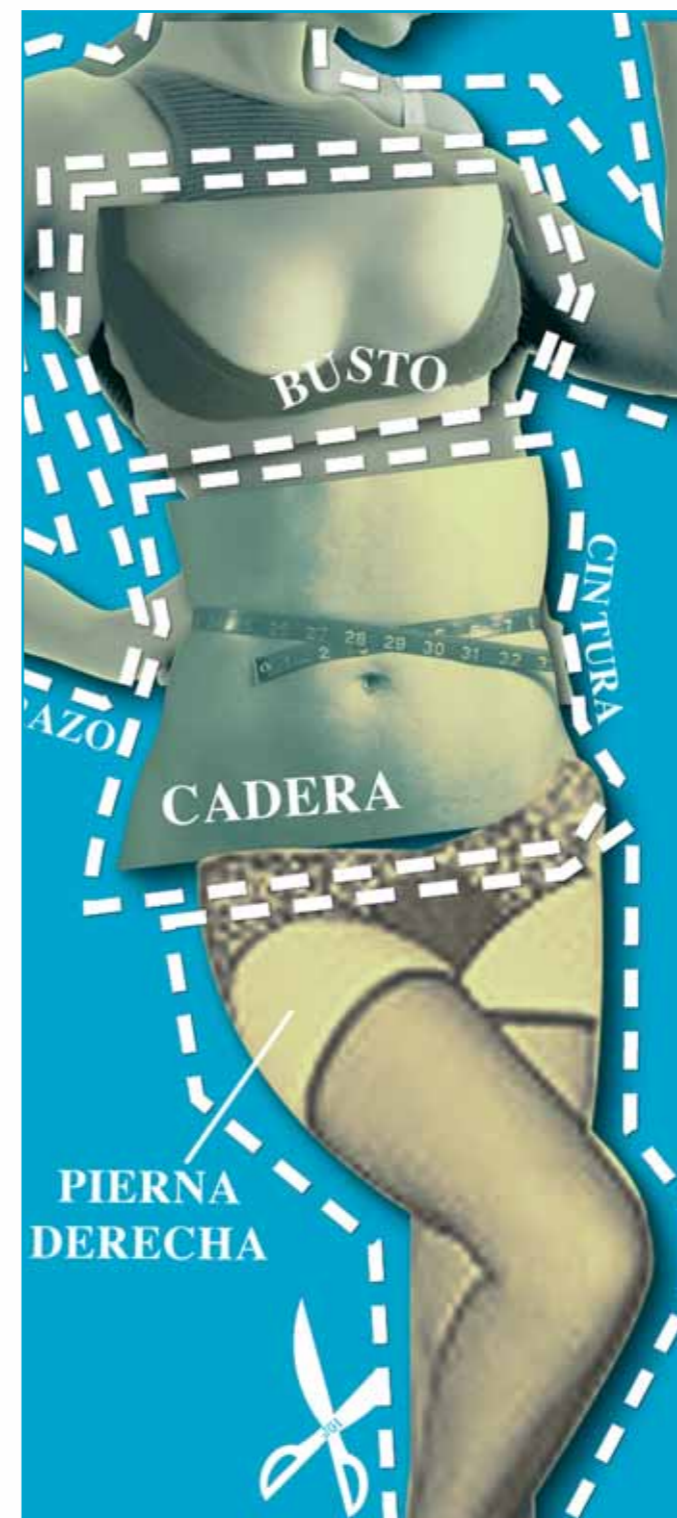
## Brazos y hombros

Para hombros robustos, preferiblemente utilizar escotes de pico y evitar las sisas americanas, las mangas globo y las mangas montadas en la zona exterior del brazo. Tampoco es conveniente utilizar cuellos altos y mangas muy ajustadas. En general, ayudarán las prendas con líneas verticales. Por el contrario, en los hombros caídos será conveniente realzarlos con hombreras o mangas montadas, evitando las sisas americanas y las mangas ranglán. En el caso de los brazos muy anchos es recomendable no llevar vestidos o tops sin mangas. La media manga, por debajo o encima del codo, será la apropiada. También se han de evitar las mangas muy voluminosas o ceñidas.

## Busto

Para las mujeres con el pecho pequeño se han de utilizar sujetadores adecuados que realcen el busto. Se aconseja vestir con prendas entalladas, evitando el escote de pico, y utilizando bolsillos, solapas y costuras redondeadas en la zona del pectoral, para obtener ópticamente más pecho.

En el caso de un busto generoso, se ha de procurar vestir con prendas sueltas y tejidos sedosos. Le favorecerá un escote de pico y aperturas delanteras, y le perjudicarán las prendas ceñidas, cerradas o el cuello alto. Para compensar formas, se recomienda utilizar cinturones en posición baja y sin marcar exageradamente la cintura.



## Cuello

Los cuellos largos y finos, también llamados "cuellos cisne", tienen la ventaja de poder utilizar todo tipo de cuellos y escotes: altos, redondos y grandes cuellos. También todo tipo de collares, sean largos o gargantillas. En el caso contrario, de tener un cuello ancho y corto, se aconseja estilizarlo utilizando escotes de pico o en V. La zona deberá estar despejada y las chaquetas deberán ser preferiblemente con solapa. Con los cuellos cerrados, desabotonar siempre los primeros botones y evitar las hombreras.

## Talle

Para cuerpos de talle largo, procurar no marcar la cintura y no llevar prendas demasiado ajustadas. Se ha de evitar el contraste de color entre zapatos y faldas/pantalones. Los pantalones no han de ser muy voluminosos y preferiblemente sin vuelta. Los vestidos que más favorecen son los de línea imperio y las chaquetas que menos, las levitas. Se aconseja llevar tacón para compensar el talle. Para el caso contrario, del talle corto, la prenda ideal es el vestido de una sola pieza, con cintura baja y líneas verticales. Los cinturones han de ser estrechos y caídos.

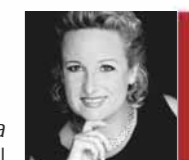
## Cintura

Las cinturas estrechas o de avispa no suelen tener problema con las prendas ajustadas ni los adornos en la cintura. En el caso de las cinturas anchas y con barriguita y estómago, se recomienda no llevar cinturones anchos ni apretados, así como evitar las prendas ajustadas. Favorecerán las líneas verticales y perjudicarán los estampados grandes y los contrastes de color.

## Caderas

Los cuerpos de caderas estrechas podrán llevar cualquier tipo de falda o pantalón, no importa el volumen ni las formas. En el caso de tener los hombros muy anchos y las caderas muy estrechas, evitaremos las faldas muy ajustadas y vestiremos con géneros de más textura y formas más amplias, para lograr armonía con la parte superior.

Para estilizar caderas anchas, mejor utilizar pantalones rectos, sin pinzas y con tejidos de mucha caída. Se evitarán las faldas con volumen y también los pantalones anchos y las rayas horizontales.



Por Mª Carmen Cazcarra  
Directora de la Escuela Superior de Imagen personal