

# CAMUFLAJE & PSICOLOGÍA



**C**onferencia “Técnicas de Camuflaje y Psicología del color en el vestir”

En su segunda conferencia para ASPM Inés Abejón nos ha seguido sorprendiendo, tal como hizo con la primera. Sus consejos como Asesora de Imagen y Directora de WOW! La Agencia de Imagen, nos han sido de utilidad a la mayoría de nosotras.

¿Por qué Técnicas de Camuflaje? Porque con sus consejos hemos aprendido como disimular todos los pequeños defectos que puedan derivar del tipo de cuerpo que cada uno tenga: demasiadas caderas, hombros estrechos, un trasero prominente, falta de cintura, demasiado baja o alta, etc.

Aprendimos que hay distintos tipos de cuerpo tanto en hombres como en mujeres, no voy a dar la conferencia entera, pero si voy a remarcar los distintos tipos

que se distinguen entre las mujeres, y luego nos meteremos un poco con el cuerpo masculino.

Tipo reloj de arena u 8, o podríamos llamarle mujer 10: cintura pronunciada y hombros y caderas de la misma anchura.

Tipo H: de características igual al 8, pero no tiene casi marcada la cintura.

Tipo V: de hombros mas anchos que las caderas.

Tipo A o pera: hombros estrechos, caderas anchas y por lo general con poco pecho.

En el caso de los hombres los tipos quedan reducidos a tres:

El V o atlético: de hombros anchos y cadera estrecha.

El H: presenta una línea recta, hombros y caderas de la misma anchura. Suele ser el tipo mas corriente entre el género masculino.

El O o manzana: del tipo robusto, es en la cintura donde acumula el mayor volumen

Es evidente que el tipo Reloj de Arena en la mujer, y el V o atlético en los hombres, poco tienen que camuflar. No pasa lo mismo con el resto de tipos que si necesitan de pequeños trucos que les disimulen sus puntos flacos.

Si no tienes cintura debes optar por camisas ligeramente entalladas. Nunca meter las camisas o camisetas dentro de la falda o pantalón. Las faldas sin cinturilla y los pantalones rectos.

Si eres de hombros anchos y cadera estrecha, opta por las faldas con vuelo o de tablas, los cinturones caídos y los jerséis de cuello de pico.

Si tus caderas son mas anchas que tus hombros, escoge pantalones anchos o de campana. Busca camisolas o camisetas con mangas u hombreras que te den mas volumen y evita los tops que dejen los hombros al aire.

Si quieres parecer mas alta, utiliza ropa de un solo color.

Si quieres parecer mas baja,



lo tuyo son las líneas horizontales y ropa de colores contrastados

Si quieres parecer mas delgada, usa ropa monocromática y oscura y las líneas verticales.

Si quieres aparentar mas volumen, usa colores claros y telas gruesas que te den mas cuerpo.

Si tienes poco pecho, opta por tops de colores brillantes y boleros

Las soluciones para las que tienen mucho pecho son pocas, pero ayudan a disimular los cuellos en pico y sobre todo usa sujetadores especiales.

Para cuellos cortos: cuellos en pico, pendientes pequeños, collares largos y pelo corto.

Para cuellos largos: jersey de cuello alto, melena larga y pendientes largos.

Si tienes los brazos gorditos usa mangas acampanadas y largas.

Si tu punto flaco es la barriga lo tuyo son las camisolas y túnicas.

Estos y muchos mas fueron los consejos que nos dio Inés Abejón.

Se habló de las tendencias de la moda para esta primavera/verano del 2009. Vuelve el mono entero, las blusas estampadas, pasamanería en abundancia no sólo en el vestir si no también en complementos, los pantalones de tiro caído y ancho y las minifaldas con volumen.

Antes de las tendencias de la moda, Inés nos habló de los colores y de la influencia y significado de cada uno; ya que aparte de indicar la personalidad de cada uno, es evidente que influyen también a las personas que nos contemplan. Es tan complejo el tema y tan interesante que basándonos en lo que nos va a mandar Inés, se hará un reportaje que se colgará en la parte reservada a las Asociadas y que os recomendamos leer con atención.

Gracias Inés por tu buen hacer y por los magníficos consejos que nos has dado, los cuales tendremos en cuenta a la hora de renovar nuestro vestuario.



**INÉS ABEJÓN**  
ASESORA DE IMAGEN  
Y DIRECTORA DE WOW

Tel/fax +43 1 9535 272  
Móvil +43 699 1171 8657  
iabejon@wow-image.eu

[www.wow-image.eu](http://www.wow-image.eu)