

MELA

(“TRIANGOLO INVERSO”)



I see
mobile
make^{up}

mela

La fisicità a mela, spesso definita anche "triangolo inverso", è caratterizzata da un seno prosperoso e un punto vita poco definito.

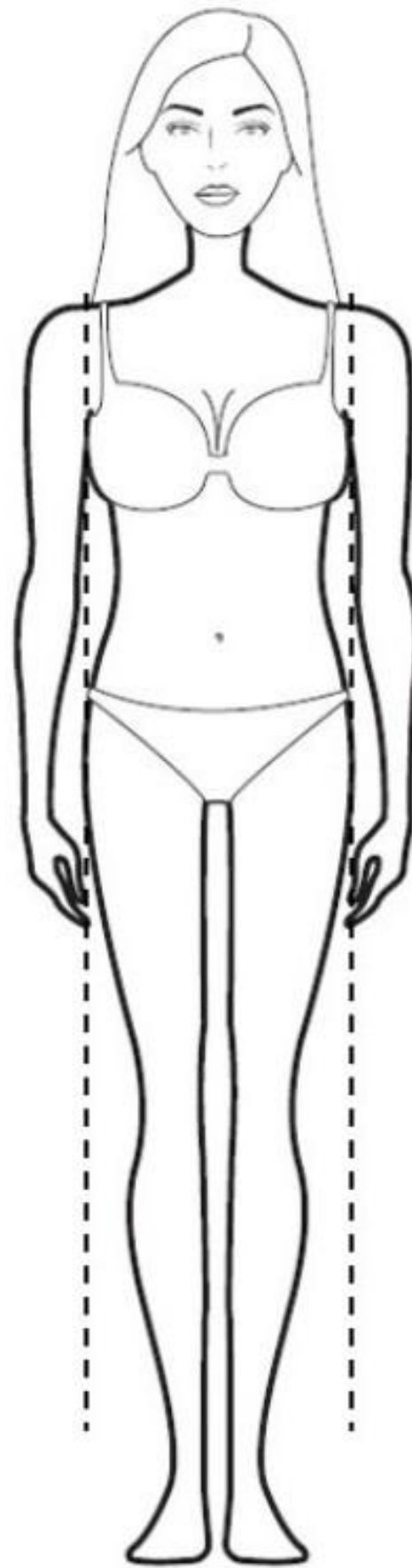
Generalmente, questa forma del corpo presenta una maggiore importanza nella parte superiore del busto, grazie alla linea ampia delle spalle.

Ti cito questa definizione per trasparenza, ma è importante ricordare che ogni fisico e ogni persona ha caratteristiche uniche. È proprio su queste particolarità che dobbiamo concentrarci per valorizzare al meglio la tua unicità.

Princess Charlene of Monaco



mela

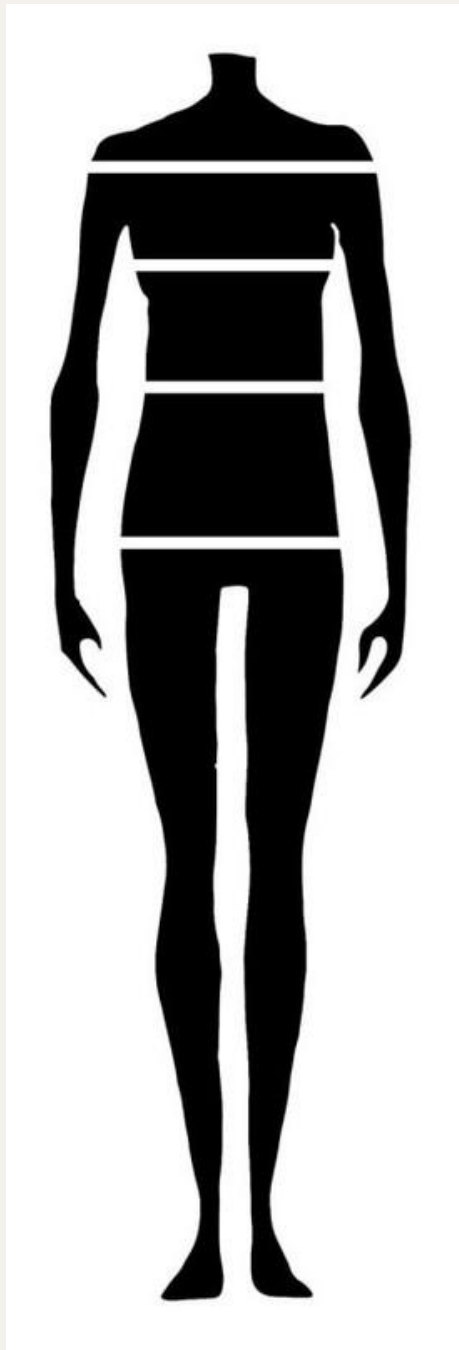


Questa figura si caratterizza per spalle più ampie rispetto al bacino, gambe generalmente snelle e ben definite, mentre l'addome e le braccia tendono ad essere più morbidi.

Quando prende peso, la donna a forma di "mela" accumula principalmente sui punti alti del corpo, come braccia, parte alta della schiena e talvolta sull'addome. Il baricentro è solitamente alto, il che conferisce gambe lunghe e un busto più corto. Il lato B, invece, è spesso poco pronunciato.

L'obiettivo è valorizzare la parte inferiore del corpo, che rappresenta il grande punto di forza di questa figura, aggiungendo volume e bilanciando visivamente la silhouette. Per la parte superiore, invece, è importante alleggerire e verticalizzare la zona del busto, distogliendo l'attenzione con tagli e dettagli strategici.

proporzioni in scala



Secondo le proporzioni visive, un oggetto piccolo posto accanto a uno grande sembrerà ancora più piccolo, e viceversa: un oggetto grande accanto a uno piccolo apparirà ancora più grande.

Per questo motivo, se hai un fisico minuto e un'altezza ridotta, è meglio evitare borse grandi e preferire modelli più piccoli e proporzionati. Allo stesso modo, se hai una fisicità più importante, è consigliabile evitare borse troppo piccole, che rischierebbero di apparire sproporzionate.

Lo stesso principio vale per le scarpe: se hai polpacci o caviglie ampie, è preferibile evitare i tacchi a spillo, che farebbero sembrare questa zona ancora più grande.

Anche per le fantasie, le dimensioni contano: una struttura fisica importante richiede fantasie più grandi e proporzionate, come stampe di fiori ampi o pois grandi. Al contrario, se la tua struttura è minuta, è meglio optare per motivi più piccoli e delicati, poiché fantasie troppo grandi rischierebbero di sovrastarti e sbilanciare l'armonia complessiva.

le immagini

Le immagini presenti in questa guida sono fornite a titolo di esempio. Le immagini sono organizzate per categorie e non fanno riferimento al look completo.

Ad esempio, nella sezione dedicata ai pantaloni, l'attenzione sarà rivolta esclusivamente a questi, senza considerare i capi abbinati nella parte superiore, e viceversa.

Ho scelto di creare una guida fotografica perché credo che le immagini siano spesso più efficaci di mille parole nel comunicare concetti e ispirazioni.

pantaloni



Le gambe sono il tuo punto forte ma *attenzione*: puoi metterle in risalto con un pantalone skinny, ma sappi che così facendo il busto potrebbe sembrare ancora più ampio!



Puoi tranquillamente indossare pantaloni in colori chiari o con fantasie vivaci: aiutano ad aggiungere volume visivo nella parte inferiore e a bilanciare la figura. Sì anche a dettagli decorativi come paillettes, applicazioni o tasche particolari. Perfetti anche gli shorts, se abbinati a top che allungano il busto.

Prediligi tagli ampi o leggermente svasati, come palazzo morbidi o pantaloni culotte: creano equilibrio con la parte superiore. Fai attenzione ai pantaloni troppo stretti o skinny, che rischiano di enfatizzare il busto e sbilanciare la silhouette.

Se il lato B è poco pronunciato, scegli modelli con tasche, cuciture strategiche o dettagli posteriori: aiutano a dare volume e a costruire armonia tra sopra e sotto.

i jeans



Il jeans è il basico di tutte le palette in armocromia.

Il jeans chiaro dilata la figura, quello scuro la restringe otticamente. Utilizzare lo stesso colore sopra e sotto crea continuità e slancia.

I modelli più indicati per la tua figura sono:

- regular
- straight
- bootcut
- flare
- wideleg
- barrel*

regular

Il jeans regular scende dritto. Non stringe e rende facili i movimenti, perfetto per creare vari look. L'ampiezza parte dal gluteo e scende fino alla caviglia.

Sicuramente è più pratico da abbinare con una scarpa ginnica o bassa, ma qualche centimetro di tacco può fare la differenza, slanciando la figura.





straight

Il modello straight presenta una gamba leggermente più ampia rispetto al modello regular.

L'ampiezza parte dal gluteo e si mantiene costante fino al fondo, offrendo maggiore struttura alla figura. Poiché il jeans cade dritto, la gamba non viene particolarmente messa in risalto, risultando una scelta ideale per chi cerca un look equilibrato e senza eccessi.

bootcut

I jeans bootcut sono meno svasati rispetto ai modelli flare.

Questi jeans si stringono leggermente all'altezza del ginocchio per poi allargarsi verso il fondo, così da contenere lo stivale, da cui deriva il loro nome: boot = stivale, cut = taglio.

L'ampiezza del fondo aiuta a bilanciare visivamente l'ampiezza dei fianchi, creando un effetto armonioso.



flare (a zampa)

Il modello flare, più comunemente conosciuto come jeans a zampa, presenta un fondo molto svasato che inizia ad allargarsi dall'altezza del ginocchio.

Questo modello offre comfort e un look casual, aggiungendo volume a gambe molto magre ed evitando di stringere eccessivamente la figura.



wide leg

L'ampiezza del modello wide leg parte dal gluteo e si estende fino all'orlo inferiore.

Questo taglio è particolarmente strategico per chi ha gambe molto snelle: aggiunge volume con eleganza, evitando l'effetto "stecchetto" e creando proporzioni più equilibrate rispetto alla parte superiore del corpo.



barrel*

la moda ci propone i
Barrel che grazie alla linea
di sbieco è donante per
tutte le bodyshape.



pantaloni a palazzo

Questo modello aggiunge fluidità e movimento alla figura, bilanciando proporzioni e donando volume a chi ha gambe sottili. Grazie al taglio ampio dalla vita fino alla caviglia, garantisce comfort senza stringere, rendendoli perfetti per creare outfit sofisticati ma rilassati.



le gonne





Scegli modelli che aggiungono movimento e volume nella parte inferiore, così da bilanciare visivamente la parte superiore del corpo. Le gonne midi ideali per te hanno un taglio fluido e scorrevole, che cade morbido senza stringere in vita.

Sono perfette le gonne con pieghe morbide, uno spacco laterale o un taglio asimmetrico, soprattutto se arricchite da dettagli decorativi come ruche o applicazioni nella parte bassa.

Evita i modelli troppo aderenti o a tubino, che tendono a comprimere visivamente la parte inferiore.

Un grande sì alle minigonne, purché siano in tessuti rigidi e ben strutturati.

t-shirt, top, bluse

Scollature, incroci e drappeggi sono ottimi per allungare il busto e valorizzare il décolleté.

Per le t-shirt, evita le maniche corte all'altezza del seno, poiché creano una linea orizzontale che spezza e amplia visivamente la zona. Meglio optare per maniche a tre quarti o con piccoli risvolti, che bilanciano e valorizzano il polso.

Ciò che indossi nella parte superiore dovrebbe seguire la tua silhouette con linee morbide e scivolate, senza stringere troppo sul punto vita. Le linee verticali e diagonali aiutano a slanciare e alleggerire otticamente la figura. Evita le righe orizzontali e i volumi eccessivi su spalle e seno.

Se hai un baricentro medio-alto, camicette, t-shirt, bluse e maglioni vanno indossati fuori da gonne e pantaloni per un look più equilibrato





Se hai un seno abbondante e ti mette a disagio, è meglio evitare capi con applicazioni o dettagli che attirino l'attenzione su quella zona.

Opta per scollari a V, a U o a cuore, che aiutano a slanciare e dare respiro alla zona del busto.



qualche accorgimento

Opta per canotte con bretelle larghe, seguendo la regola delle proporzioni in scala. Le spalline sottili non offrono un sostegno adeguato e possono far sembrare il seno visivamente più grande di quanto sia.

Il monospalla è un'ottima scelta, poiché crea una linea diagonale che slancia e dona particolarmente alle donne con fisico a mela.



il cardigan





Il cardigan è il tuo **must-have**: nasconde le maniglie dell'amore e, se indossato aperto, dona verticalità alla figura.

Puoi scegliere modelli smanicati e in tessuti ricercati, ideali anche per le stagioni più calde. In primavera e autunno, è molto chic portarlo aperto sopra un abitino scivolato.

Per l'inverno, opta per cardigan in lana sottile, perfetti per mantenere calore senza appesantire la silhouette.

Un vero alleato di stile, immancabile nel tuo guardaroba!

gli abiti









Il taglio a impero è il più indicato, poiché la vita parte appena sotto il seno e l'abito scende dritto senza segnare l'addome o enfatizzare i fianchi stretti.

Gli abiti, in generale, valorizzano molto la tua figura, specialmente quelli corti, che mettono in evidenza le gambe snelle. Per bilanciare le proporzioni, puoi optare per abiti con stampe e balze nella parte superiore.

Evita gli abiti aderenti o fascianti e quelli stretti in vita, come lo stile anni '50. Prediligi modelli dal taglio semplice e dritto, ma evita il troppo oversize, che tende a ingigantire le forme.



Se l'addome è pronunciato, è meglio optare per un abito ripreso in vita, morbido e svasato.

Se il seno non è particolarmente abbondante, puoi scegliere un abito dal taglio dritto, mai troppo aderente.

Per la scollatura, seguiamo sempre la regola del top: collo a V che incornicia il décolleté, bretelle larghe ed evitiamo maniche a sbuffo o troppo voluminose e strutturate.

Molto belli sono anche gli abiti con vita bassa, che cadono morbidi bypassando l'addome.

Se preferisci abiti lunghi o ne hai bisogno per un'occasione speciale, assicurati che abbiano uno spacco elegante o una scollatura profonda per aggiungere un tocco di raffinatezza.



Attenzione alle righe orizzontali!

Le righe orizzontali hanno il potere di mettere in risalto i nostri punti di forza, ma possono anche penalizzare e non sempre è facile indossarle con disinvoltura.

È importante evitarle nelle aree che vogliamo minimizzare, poiché allargano otticamente la figura.

Con righe orizzontali non si intende solo il motivo del tessuto, ma anche elementi come cinture, orli di maglie e pantaloni.

Anche le scarpe possono creare una linea orizzontale: per questo è fondamentale prestare attenzione alla posizione del laccetto di chiusura o all'altezza di uno stivale, che non dovrebbe cadere sulla parte più ampia del polpaccio o su una caviglia robusta.

Le righe verticali e diagonali, al contrario, hanno un effetto allungante e snellente, contribuendo a slanciare la figura.

i cappotti

Il cappotto più adatto a te è il modello monopetto, con tagli e linee semplici che valorizzano la tua figura.

Evita i cappotti doppiopetto e quelli con cinture troppo strette in vita, che possono risultare poco armoniosi.

I piumini, sebbene pratici, non sono l'ideale perché tendono a ingoffare la figura. Se li preferisci per comodità, opta per modelli meno voluminosi ed evita assolutamente quelli oversize.

No ai cappotti con spalle rigide e imbottite: la tua figura non ha bisogno di ulteriore struttura o volume in quella zona.

Attenzione anche al modello teddy: oltre a essere generalmente privo di forma, il suo tessuto voluminoso può amplificare visivamente la silhouette.





le giacche

Come per i cappotti, anche per le giacche è meglio optare per un taglio monopetto, evitando dettagli troppo eccentrici (qui parliamo di forme, non di stile).

Preferisci tessuti morbidi che seguono le linee del corpo, piuttosto che materiali strutturati e rigidi.

Il blazer ideale dovrebbe essere lungo, arrivando fino a metà del lato B o anche oltre. In questo modo, l'orlo crea una linea orizzontale che dona visivamente più volume alla figura.





jumpsuit

La tuta è uno di quei capi sottovalutati che può valorizzare tutte le body shapes, a patto di scegliere il modello con le caratteristiche giuste.

La tuta intera segue le stesse regole di top e pantaloni, essendo una combinazione dei due. Di conseguenza, evita modelli informi o oversize.

Per te, sono particolarmente indicate le tute con scollo a V profondo o monospalla, morbide sull'addome per garantire comfort e armonia.





i costumi



Il costume intero è un'ottima scelta, poiché allunga il busto, slanciando l'intera figura. Non è necessario che sia particolarmente sgambato, dato che la tua gamba è già lunga e snella. Fortunatamente, il costume intero è tornato di moda, permettendoti di conciliare funzionalità, gusto e stile personale.

Se preferisci un due pezzi, evita i modelli a fascia, che tendono ad allargare otticamente il busto. Puoi invece optare per slip con fantasie, che attirano l'attenzione nella parte inferiore.

Qualunque modello tu scelga, assicurati che la parte superiore offra il giusto supporto e avvolga bene il seno per un look elegante e confortevole.



le scarpe





Non ci sono particolari restrizioni sulle scarpe.

Se il tuo baricentro è regolare o alto, puoi tranquillamente optare anche per tacchi bassi o modelli flat. I cinturini alla caviglia non rappresentano un problema: con gambe lunghe, non devi preoccuparti di "spezzare" visivamente la figura in quel punto.

Il tacco dovrebbe essere proporzionato alla caviglia, al polpaccio e al fianco:

- Caviglia e polpaccio più robusti richiedono tacchi più grossi per mantenere l'armonia.
- Se caviglia e polpaccio sono più minuti, meglio scegliere tacchi sottili.

Ricorda che tutto dipende anche dal tuo stile personale: scegli ciò che ti fa sentire a tuo agio e valorizza il tuo look.



stivali



Per quanto riguarda gli stivali, hai molta libertà. Se ti piacciono, opta per modelli particolari e colorati che spostino l'attenzione sulla parte inferiore del corpo, il tuo punto di forza.

Ti donano molto anche gli stivali che arrivano poco sopra il ginocchio, aggiungendo eleganza e valorizzando le tue gambe.

L'unica accortezza è ricordare le proporzioni in scala nella scelta del tacco, assicurandoti che sia in armonia con la tua figura.



le borse



Non ci sono limitazioni per le borse, ma per la dimensione è importante seguire la regola delle proporzioni in scala.

Se il tuo fisico è minuto, meglio optare per una borsa piccola. Se invece hai un fisico più alto e formoso, prediligi una borsa di dimensioni maggiori.

Scegli forme tondeggianti per conferire linee morbide e armoniose al tuo fisico.

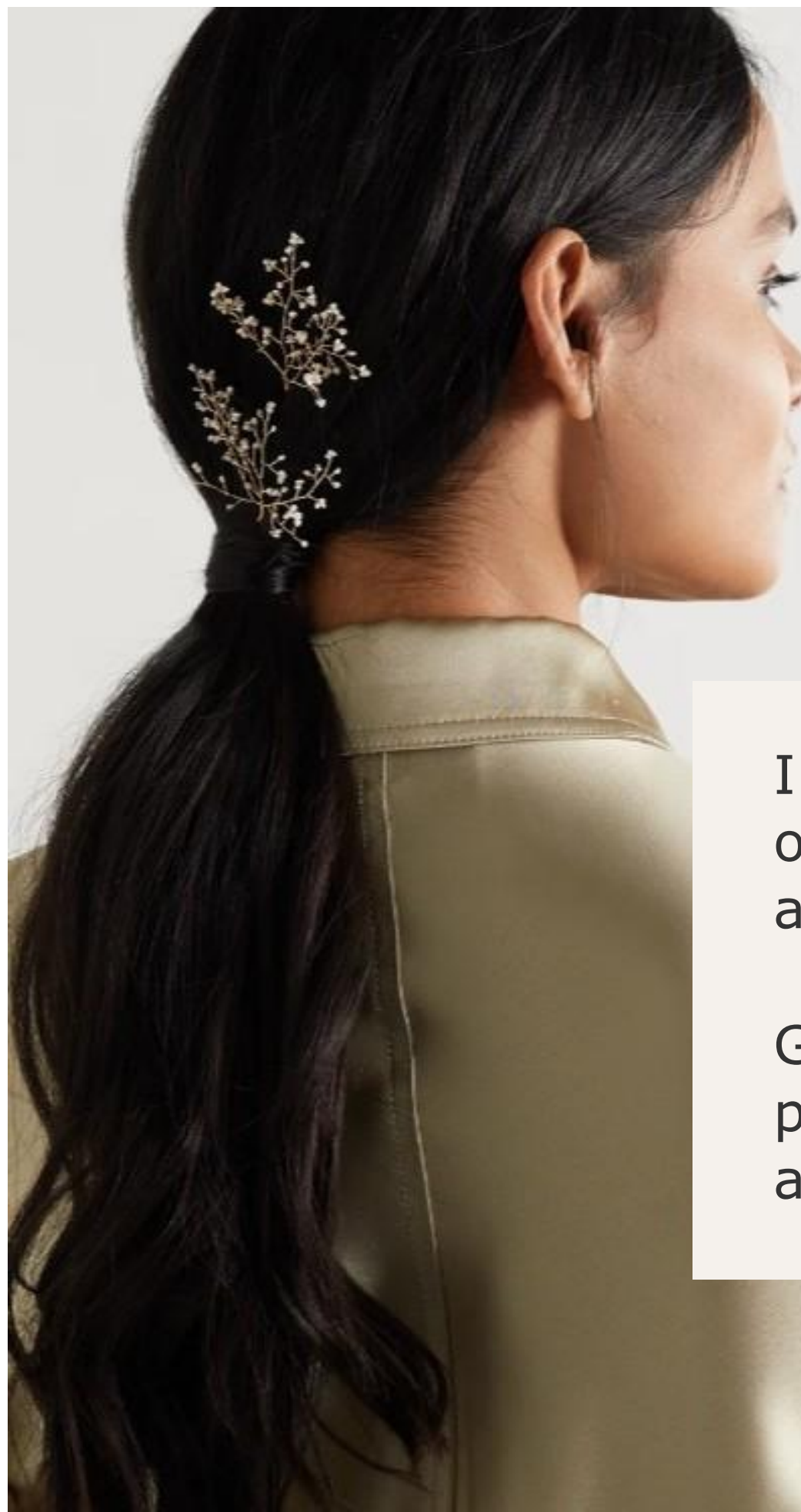
gioielli e accessori

Anche gli accessori possono giocare un ruolo fondamentale nel completare il tuo look.

Scegli collane sottili e delicate, facendole scendere lungo il corpo per creare un effetto di verticalità. Evita di appesantire il busto con troppi accessori voluminosi.

Le sciarpe sono un'ottima opzione: indossale aperte e con un effetto morbido e scivolato per ottenere un look che slancia e allunga la figura.





I migliori accessori da utilizzare sono bracciali, cavigliere, orecchini e anelli, perfetti per valorizzare il tuo look senza appesantirlo.

Gli accessori meno indicati, invece, sono le cinture e i foulard, che potrebbero interrompere l'armonia della figura o risultare poco adatti al tuo stile.

Ricordati!...

Ama le tue curve: non serve nasconderle, ma valorizzarle nel modo giusto.

Riconosci i tuoi punti di forza ed esaltali con fiducia.

Metti in evidenza le tue proporzioni armoniose tra la parte superiore e inferiore, e il gioco è fatto!



Isolde Seeber

MOBILE +39 338 9241684 | MAIL isolde@i-see.it | WEB www.i-see.it | P.IVA 02238860213 |

Codice destinatario KRRH6B9 | Codice fiscale SBRSLD73C48B220Z

Attività professionale di cui alla legge 4/2013

È vietata la riproduzione, distribuzione, pubblicazione, copia, trasmissione, vendita, adattamento ecc. dei contenuti del PDF.

Tutto il materiale pubblicato su questo PDF è protetto dai diritti di proprietà intellettuale, in conformità alla normativa vigente in materia.

L'accesso al PDF non fornisce all'utente il diritto di appropriarsi, né di riprodurre, di modificare, di distribuire, di ripubblicare, in alcuna forma anche parziale, le informazioni in esso contenute, senza l'espressa autorizzazione scritta da parte della ditta e/o del terzo titolare dei relativi diritti di sfruttamento e/o di riproduzione.