



*Potenciando  
Tu  
Imagen*

**MERECES  
LO MEJOR**

---

**EXPRESA  
TU SER**

---

**MANIFIETA  
LO QUE ERES**

---

[WWW.SOYKAROLINARAMIREZ.COM/COLLECTIONS](http://WWW.SOYKAROLINARAMIREZ.COM/COLLECTIONS)



## LA IMAGEN, EL REFLEJO DE TU SER.

¿Cómo lograr ese equilibrio con tanto ruido externo? No se trata de lo que otros digan, se trata de lo que sientes, lo que quieres expresar.

La imagen habla, comunica  
¿Qué quieres comunicar?  
¿Quién eres? ¿Qué quieres lograr?.

Estas son algunas preguntas que debemos responder para lograr un equilibrio y no dejarnos llevar por la moda, por lo pasajero.

Sabemos que existen reglas, códigos a la hora de vestir, han sido descubiertas con el transcurrir del tiempo y hoy usamos lo aprendido a través de ellas. Logremos que sean nuestras aliadas para sacar todo el potencial y resaltar esa belleza que todos tenemos.

Mi propósito es ayudarte a lograr ese bienestar en tu vida, potenciándola en este caso a través de la imagen.

Compartiré contigo algunas claves que pueden ayudarte a lograr esa imagen que tanto quieres lograr manifestar.

## CUIDAR TU IMAGEN NO ES VANIDAD, ES MANIFESTAR LO HERMOSO DE TU SER.

KAROLINA RAMÍREZ

# DESCUBRIENDO TU POTENCIAL

CONOCE TU TIPO DE CUERPO Y BRILLA

## CONOCERTE, ACEPTARTE Y AMARTE ES CLAVE

### LA REGLA DE 5 CM

El cuerpo tiene 5 medidas básicas: hombros, busto, cintura, vientre y cadera. Cada una de ellas debe ser similar a la otra, pero si acaso una es mayor al resto por 5 cm o más, esa es la clave para conocer qué tipo de cuerpo posees.

### Ahora, expliquémoslo mejor:

1. Mide de hombro a hombro por delante y por detrás.
2. Mide el busto rodeando a la altura del pezón. (CONTORNO).
3. Mide la cintura justo arriba del ombligo. (CONTORNO).

4. Tres centímetros abajo del ombligo está tu vientre, rodea con la cinta y mide.

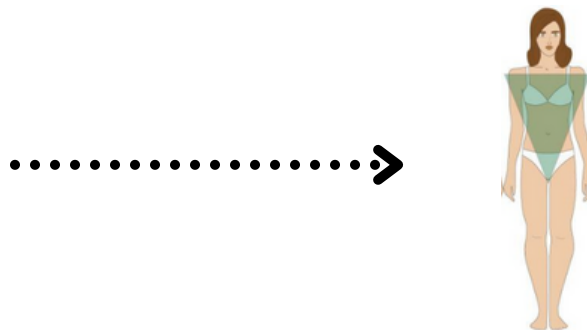
5. Ahora, mide la cadera.

Ya con todos los números anotados, verifica cuántos centímetros hay de diferencia entre cada medida y la que tenga 5 cm o más que el resto, te dirá qué tipo de cuerpo que tienes.

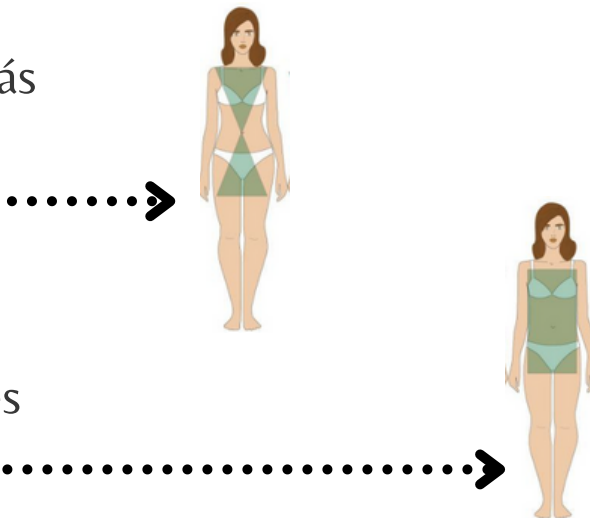
Veamos la siguiente hoja...

## ¿QUÉ TIPO DE CUERPO TIENES SEGÚN TUS MEDIDAS?

1. Si la medida de hombro a hombro es de 5 cm o más diferente al resto, es porque tu espalda es más ancha, entonces, tu cuerpo es en forma de V. Triangulo invertido.



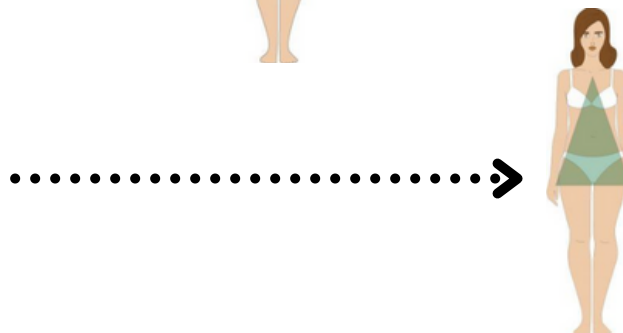
2. Si la medida del busto es más grande, eres como un reloj de arena; y si tu cadera también sobresale, con mayor razón.



3. ¿La medida de tu ombligo es mayor? Tu cuerpo es un rectángulo.



4. Si tu abdomen es mayor en cuanto a la medida, entonces, es en forma de manzana.



5. Cuando la cadera es 5 o más cm más, tu cuerpo es como una pera.

**RECUERDA QUE TODS LOS CUERPOS SON HERMOSOS, SON PARTE DE LA CREACIÓN.**

# TIPS INFALIBLES

YA SABEMOS QUE TIPOS DE CUERPO ERES,  
DESCUBRAMOS QUÉ TE FAVORECE...

## CUERPO V / TRIANGULO INVERTIDO



**OBJETIVO:** Estrechar visualmente los hombros o dar más volumen a las caderas.

**TRUCO FÁCIL:** Utiliza estampados, detalles y colores claros en la parte de abajo para dar volumen y en la parte superior tonos oscuros y sin muchos detalles.

**ALGUNAS PRENDAS QUE TE FAVORECEN:** Camisetas o tops con escotes en V, los volados en la parte inferior son excelentes, pantalones rectos con bolsillos o estampados, bandoleras con cadena larga.

## RELOJ DE ARENA



**OBJETIVO:** No rompas el equilibrio dando excesivo volumen a hombros o caderas.

**TRUCO FÁCIL:** Puedes usar casi cualquier prenda, corte, tejido, etc. Usa cinturones.

- **ALGUNAS PRENDAS QUE TE FAVORECEN:** Pantalones de talle alto o súper alto. Rectos, pitillos, acampanados, slouchy, paperbag, mom fit, boyfriend. Los que te gusten que no lleven bolsillos a los lados para no dar volumen a caderas, faldas de tubo, acampanadas, línea A, vestidos cruzados o con fruncido.

## RECTANGULAR



**OBJETIVO:** Dar volumen a hombros y caderas para dar la sensación de una cintura más definida.

**TRUCO FÁCIL:** Utiliza prendas exteriores largas que creen 2 líneas verticales desde tu pecho hasta las piernas, como un chaleco largo, una pashmina que dejes caer desde el cuello, o una blazer larga.

- **ALGUNAS PRENDAS QUE TE FAVORECEN:** Camisetas o tops con hombreras, pantalones con pinzas, faldas plisadas o fruncidas, vestidos cruzados, cinturones.

## OVALADO O MANZANA



**OBJETIVO:** Disimular abdomen y compensar la zona de los hombros y caderas.

**TRUCO FÁCIL:** Intenta desviar las miradas a tus hombros y piernas. Evita estampados anchos y prendas excesivamente estrechas.

- **ALGUNAS PRENDAS QUE TE FAVORECEN:** Camisetas o tops con líneas verticales, cardigans o kimonos, faldas en línea A, vestidos de corte imperial, pantalones corto de talle alto.

## TRIANGULO O PERA



**OBJETIVO:** Para equilibrar esta figura deberás ensanchar visualmente los hombros.

**TRUCO FÁCIL:** Decántate por estampados, detalles o colores más claros en la parte superior, y tonos más oscuros y lisos en la parte de abajo. Usa prendas un poco sueltas a partir de la cadera como pantalones rectos, acampanados, palazzo, faldas en línea y combínalos con tops o camisas con cuellos V, asimétricos, con hombros descubiertos o con volantes en las mangas.

**ALGUNAS PRENDAS QUE TE FAVORECEN:** Camisetas o tops ondulados que agreguen volumen al busto u hombros, cazadoras con hombros estructurados o con hombreras, pantalones de talle medio o alto, rectos o con campana, vestidos en línea A.



# TOMA ACCIÓN

## NO TE LIMITES, COMENCEMOS CON LO QUE TENEMOS DISPONIBLE AHORA...

**VAMOS AL SIGUIENTE PASO, RESPONDE LAS SIGUIENTES PREGUNTAS, COMIENZA A CONOCERTE Y SABER QUÉ QUIERES TRANSMITIR A TRAVÉS DE TU IMAGEN.**

Una vez estudiado tu cuerpo y saber lo que te favorece, estás preparada para elegir de forma acertada lo mejor para ti.

Responde a estas preguntas, conocete y toma acción:

1) ¿Tu color de piel es?

2) ¿Qué quieres lograr transmitir a través de tu imagen?

3) ¿Qué quieres conseguir?

4) ¿Tu color de cabello es?

5) Tipo de cuerpo:

6) Colores preferidos en tu closet:

7) ¿Te gustan los accesorios plateado o dorados? ¿Cuales usas más?

8) ¿Qué cambios vas a realizar ya que conoces tu tipo de cuerpo?

9) ¿Qué añadirás a tu closet que potencie tu imagen?

10) No es tu cuerpo, es la ropa.

POTENCIANDO TU IMAGEN  
POTENCIANDO TU VIDA

*@ Soy Karolina Ramirez*

[WWW.KAROLINARAMIREZ.COM/COLLECTIONS](http://WWW.KAROLINARAMIREZ.COM/COLLECTIONS)