


[Conheça a Dra. Pérola](#)
[Artigo Mensal](#)
[Pergunte à Dra. Pérola](#)
[Conheça a Dra. Márcio Atalla](#)
[Artigo Mensal](#)
[Atividades do dia a dia](#)
[Movimente-se](#)
[Convivendo com a osteoporose](#)
[Palavra de especialista](#)
[Apoio psicológico](#)
[Atividades](#)
[Nutrição](#)

Apoio Psicológico

Desafio do salto sem perder o estilo

9/11/2010



Seu médico recomendou que você abandone o salto alto e privilegie o anabela e os saltos grossos de no máximo 3 cm? Não se desespere. Você pode continuar elegante e com o corpo alongado seguindo alguns truques que a consultora de moda Tatiana Vianna oferece.

Monocromia – Usar a mesma cor na roupa, meias e sapatos evita que a imagem seja "quebrada" e dá a impressão de maior altura. Não precisa ser tudo no mesmo tom, você pode usar tons claros e escuros de uma mesma cor.

Cinto – Não importa a largura, o recomendável é que ele tenha a mesma cor da calça ou da saia.

Cor escura – A saia ou a calça devem preferencialmente ter a cor escura. Mas se optar por um vestido branco, por exemplo, o fato de ser de uma cor só também ajuda.

Comprimento – Use saias e vestidos longos ou na altura do joelho. Nessa altura, não dá para ver onde começam as coxas. Saias mais curtas, que permitem ver o joelho e onde termina uma parte da perna e começa a outra mostram que a perna é curta e dão a impressão de que a pessoa é baixa.

Estampas – Opte pelas miúdas. As estampas graúdas costumam aumentar o volume e "engordam". Nas calças, a risca de giz ajuda a dar a impressão de mais altura.

Calças – Calças de alfaiataria com o vinco bem marcado alongam. Linhas verticais na roupa sempre ajudam e, por isso, também é bom optar por um blazer usado aberto em cima da camisa, em cor diferente para dar contraste.

Écharpes – Se você é baixinha, descarte as muito longas que só vão ressaltar sua pequena estatura. Em comprimento médio e soltas, elas formam duas linhas verticais no tronco que ajudam a alongar.

Bolsas – Para as mais baixas, o tamanho ideal é o médio. Bolsas muito grandes só ressaltam a pouca altura.

Sapatos - Evite o *peep toe*, aquele sapato com abertura na frente. Dê preferência ao bico ligeiramente alongado, que não pressione os dedos a ponto de prejudicar o equilíbrio, mas que não caiam para o bico quadrado ou arredondado, que "cortam" a figura. Não se intimide se o seu compromisso for um casamento ou uma festa. Existem sapatos anabela feitos em material nobre, como o cetim, que remetem a ocasiões formais.

Seguindo esses pequenos truques, é possível estar sempre elegante e com o corpo alongado sem correr riscos de cair por causa de um salto alto demais, garante Tatiana, que é professora de consultoria de imagem nos cursos de aperfeiçoamento em moda do Senac.

Data de Atualização: 9/11/2010

[VOLTAR](#)

[QUEM SOMOS](#)

[INDIQUE O SITE](#)

[NEWSLETTER](#)

[FALE CONOSCO](#)

[CONEXÃO SAÚDE](#)
[TERMOS DE USO](#) | [POLÍTICA DE PRIVACIDADE](#)

Site Osteoclube. Um serviço sanofi-aventis
 Av. Major Sylvio de Magalhães Padilha, 5.200 - Edifício Atlanta - Condomínio America Business Park
 Jardim Morumbi São Paulo - SP - CEP 05693-000
 SAC: 0800-7030014 (de 2a. a 6a. feira das 9 às 17 hs)
 Copyright © 2000-2010 sanofi-aventis. Todos os direitos reservados

OS-CAL 500 + D - UM MEDICAMENTO. SEU USO PODE TRAZER RISCOS. PROCURE O MÉDICO E O FARMACÊUTICO. LEIA A BULA

