

TIPOS DE



CUERPO

FERNANDA DOMÍNGUEZ  
*image consultant*

# TIPOS DE CUERPO



CONOCER TU TIPO DE CUERPO Y APRENDER A VESTIRLO PUEDE AYUDAR A QUE TE SIENTAS MÁS SEGURA CON ÉL.

LA TIPOLOGÍA IDEAL ES LA DE RELOJ DE ARENA EN EL CASO DE LAS MUJERES Y TRAPECIO EN EL CASO DE LOS HOMBRES. PERO SI SABES VESTIRTE, LA TIPOLOGÍA IDEAL ES LA TUYA...

TAMBIÉN EXISTEN LOS INESTETISMOS, ESAS ÁREAS DEL CUERPO QUE NO SON TAN SIMÉTRICAS. LA IDEA ES QUE LA ROPA SEA NUESTRO ALIADO AL MOMENTO DE VESTIRNOS Y DISIMULAR TODO AQUELLO QUE NO NOS ENCANTA Y RESALTAR LO QUE SI NOS GUSTA.

---

# RELOJ DE ARENA



**CARACTERÍSTICAS:** TIENE EQUILIBRADOS HOMBROS Y CADERA. TIENE CINTURA MARCADA.

**OBJETIVO:** RESPETAR LA FORMA DEL CUERPO Y SEGUIRLA CON LA ROPA.

## RECOMENDACIONES:

- 1.USAR ROPA PEGADA EN EL ÁREA DE LA CINTURA.
- 2.USAR VESTIDOS O BLUSAS CRUZADAS QUE MARQUEN MÁS LA FORMA.
- 3.EVITAR PRENDAS MUY CUADRADAS O SIN FORMA.
- 4.EVITAR LAS TELAS MUY GRUESAS O CON MUCHO VOLUMEN.
- 5.EN CASO DE TENER VOLUMEN EN EL ABDOMEN, USAR ROPA PEGADA HASTA LA CINTURA Y DE AHÍ QUE SE ABRA. UN BUEN EJEMPLO DE ESO ES EL CORTE PEPLUM

---

# RECTANGULAR

CARACTERÍSTICAS: TIENE EQUILIBRADOS HOMBROS Y CADERA. NO TIENE CINTURA.

OBJETIVO: EVITAR LLEVAR LA ATENCIÓN A LA CINTURA Y CUANDO SE PUEDA, CREAR LA ILUSIÓN ÓPTICA DE UNA CINTURA.



## RECOMENDACIONES:

- 1.USAR ROPA FLOJA EN EL AREA DE LA CINTURA.
- 2.NO USAR CINTURONES EN EL AREA DE LA CINTURA.
- 3.EVITAR BLUSAS O VESTIDOS PEGADOS EN EL AREA DE LA CINTURA.
- 4.EN CASO DE TENER VOLUMEN EN EL ABDOMEN, USAR ROPA PEGADA HASTA LA CINTURA Y DE AHÍ QUE SE ABRA. UN BUEN EJEMPLO DE ESO ES EL CORTE PEPLUM O IMPERIO.
- 5.PARA CREAR LA ILUSIÓN ÓPTICA DE UNA CINTURA ES NECESARIO AGREGAR VOLUMEN EN HOMBROS Y CADERA Y AGREGAR UN CINTURÓN EN EL ÁREA DE LA CINTURA.
- 6.USAR CORTES ASIMÉTRICOS
- 7.EVITAR LOS STRAPLESS, EN CASO DE USARLOS, CON EL PELO SUELTO.
- 8.VESTIDOS Y FALDAS EN CORTE A, IMPERIO, PEPLUM O PRINCESA.

---

# TRIÁNGULO INVERTIDO



CARACTERÍSTICAS: LOS HOMBROS SON MÁS ANCHOS QUE LA CADERA.

OBJETIVO: DAR VOLUMEN A LA CADERA PARA LOGRAR EQUILIBRIO.

## RECOMENDACIONES:

### PARTE SUPERIOR:

1. EVITAR PRENDAS CON VOLUMEN EN LOS HOMBROS.
2. EVITAR HOMBRERAS.
3. USAR CUELLO V.
4. TIRANTES ANCHOS.
5. BLUSAS O VESTIDOS DE UN HOMBRO.
6. EVITAR CUELLO DE TORTUGA.
7. COLORES OSCUROS.
8. EVITAR ESTAMPADOS.
9. BLUSAS O VESTIDOS PEPLUM, CORTE A, IMPERIO O PRINCESA.

PARTE INFERIOR:

1. CREAR VOLUMEN EN LA CADERA.
2. USAR ESTAMPADOS Y TEXTURAS.
3. PANTALONES ACAMPANADOS O DE PATA DE ELEFANTE.
4. EVITAR LEGGINGS, EN CASO DE USARLOS QUE SEA CON UNA BLUSA O SUÉTER LARGO QUE TAPE LAS POMPAS.
5. FALDAS EN CORTE A.
6. PANTALONES SKINNY CON BLUSAS QUE SEAN FLOJAS Y CUBRAN LA CADERA.

---

# TRIANGULAR

CARACTERÍSTICAS: LA CADERA ES MÁS ANCHA QUE LOS HOMBROS.

OBJETIVO: DAR VOLUMEN A LOS HOMBROS PARA LOGRAR EQUILIBRIO.



# RECOMENDACIONES:

## PARTE SUPERIOR:

1. DAR VOLUMEN EN LOS HOMBROS.
2. USAR HOMBRERAS.
3. EVITAR CUELLO V MUY PRONUNCIADO.
4. USAR STRAPLESS.
5. PUEDES USAR CUELLO DE TORTUGA.
6. COLORES CLAROS.
7. USA ESTAMPADOS Y TEXTURAS EN LAS PRENDAS SUPERIORES.

## PARTE INFERIOR:

1. EVITAR DAR VOLUMEN EN LA CADERA.
2. EVITAR USAR ESTAMPADOS Y TEXTURAS EN LAS PRENDAS INFERIORES.
3. PANTALONES DE PATA DE ELEFANTE.
4. PANTALONES SKINNY CON BLUSAS QUE SEAN FLOJAS Y CUBRAN LA CADERA.
5. USAR FALDAS PEGADAS QUE NO AGREGUEN VOLUMEN A LA CADERA.
6. USAR TONOS OSCUROS EN ESTA ÁREA.

---

# OVALADO



**CARACTERÍSTICAS:** HOMBROS Y CADERA EQUILIBRADOS. VOLUMEN EN EL AREA DE ABDOMEN.

**OBJETIVO:** DISIMULAR EL VOLUMEN DEL ABDOMEN Y DARLE ESTRUCTURA A LOS HOMBROS.

## RECOMENDACIONES:

- 1.EVITAR LAS TELAS BRILLOSAS.
- 2.EVITAR TELAS CON ESTAMPADOS EN EL AREA DEL ABDOMEN.
- 3.UTILIZAR BLUSAS Y VESTIDOS CRUZADOS.
- 4.UTILIZAR CUELLOS EN V.
- 5.USAR PANTALONES RECTOS.
- 6.VESTIDOS CORTE A O IMPERIO.
- 7.UTILIZAR ROPA INTERIOR ADECUADA PARA DAR FORMA.
- 8.USAR BLUSAS O VESTIDOS QUE SEAN MÁS PEGADOS EN AREA DEL BUSTO Y FLOJOS EN EL AREA DE ABDOMEN.
- 9.EVITAR USAR BLUSAS O SUÉTERES CON RESORTE EN LA PARTE DE ABAJO.
- 10.USAR VESTIDOS CAMISEROS Y CAMISAS

---

# TRAPECIO

CARACTERÍSTICAS: HOMBROS MÁS ANCHOS QUE LA CADERA.

OBJETIVO: SEGUIR LA FORMA DE CUERPO Y NO AGREGAR VOLUMEN INNECESARIO.

## RECOMENDACIONES:

- 1.USAR ROPA ESTRUCTURADA
- 2.NO DAR VOLUMEN INNECESARIO



---

# RECTANGULAR

CARACTERÍSTICAS: TIENE EQUILIBRADOS HOMBROS Y CADERA.

OBJETIVO: DAR MÁS VOLUMEN Y ESTRUCTURA A LOS HOMBROS.

## RECOMENDACIONES:

- 1.USAR CAMISAS ESTRUCTURADAS O PRENDAS QUE DEN VOLUMEN A LOS HOMBROS.
- 2.LOS ESTAMPADOS Y TEXTURAS DAN VOLUMEN.
- 3.LOS COLORES CLAROS DAN VOLUMEN
- 4.PUEDES AGREGAR HOMBRRERAS A LOS SUETERES O CHAMARRAS



---

# TRIÁNGULO INVERTIDO



**CARACTERÍSTICAS:** LOS HOMBROS SON MÁS ANCHOS QUE LA CADERA.

**OBJETIVO:** NO AGREGAR MÁS VOLUMEN A LOS HOMBROS Y DAR VOLUMEN A LA CADERA.

## RECOMENDACIONES:

- 1.UTILIZA CAMISAS UN POCO ABIERTAS.
- 2.PLAYERAS CON CUELLO V
- 3.EVITA DAR VOLUMEN EN HOMBROS
4. LOS ESTAMPADOS, COLORES CLAROS Y TEXTURAS DAN VOLUMEN.
- 5.PUEDES DAR VOLUMEN EN LA PARTE INFERIOR
6. USAR UN CINTURON DE OTRO COLOR QUE EL PANTALON DA VOLUMEN.

FERNANDA DOMÍNGUEZ

*image consultant*

---

# TRIANGULAR

**CARACTERÍSTICAS:** LA CADERA ES MÁS ANCHA QUE LOS HOMBROS.

**OBJETIVO:** EVITAR DAR VOLUMEN EN LA CADERA Y DAR MÁS VOLUMEN EN LOS HOMBROS..



## RECOMENDACIONES:

1. DAR VOLUMEN EN LOS HOMBROS
2. USAR HOMBREERAS
3. EVITAR CUELLO V
4. PUEDES USAR CUELLO DE TORTUGA56. COLORES CLAROS EN PARTE SUPERIOR
6. USA ESTAMPADOS Y TEXTURAS EN LAS PRENDAS SUPERIORES
7. EVITAR DAR VOLUMEN EN LA PARTE INFERIOR
8. USAR PANTALONES RECTOS

---

# OVALADO



**CARACTERÍSTICAS:** HOMBROS Y CADERA EQUILIBRADOS. VOLUMEN EN EL AREA DE ABDOMEN.

**OBJETIVO:** DAR ESTRUCTURA Y VOLUMEN A LOS HOMBROS.

## RECOMENDACIONES:

- 1.EVITAR LAS TELAS BRILLOSAS.
- 2.EVITAR TELAS CON ESTAMPADOS EN EL AREA DEL ABDOMEN.
- 3.UTILIZAR CUELLOS EN V.
- 4.USAR PANTALONES RECTOS.
- 5.EVITAR COLORES LLAMATIVOS O CLAROS EN LA PARTE SUPERIOR
- 6.DAR ESTRUCTURA EN LOS HOMBROS.
- 7.UTILIZAR PANTALONES RECTOS

FERNANDA DOMÍNGUEZ

*image consultant*

---

# CORTES

LOS CORTES SON LÍNEAS HORIZONTALES QUE PUEDEN AYUDAR A VERTE MÁS ALTA SI USAS POCOS O MÁS BAJA SI USAS MUCHOS.

## ¿QUÉ SON LOS CORTES?

- FLECO RECTO
- LIPSTICK FUERTE
- COLLAR CORTO
- BLUSA CONTRASTANTE
- CINTURÓN
- ZAPATOS DE DISTINTO COLOR
- LENTES PARA VER CUADRADOS
- PANTALONES CAPRI O PESQUEROS
- LINEAS HORIZONTALES
- ESCOTE CUADRADO
- BUFANDA
- STRAPLESS
- ZAPATOS CON PULSERA
- SHORTS, VESTIDOS Y FALDAS
- MOÑO PARA SMOKING

## ¿CUANTOS CORTES PUEDE HACER CADA PERSONA?

### MUJER

- ESTATURA PETIT /MAX 2 CORTES

1.60 O MENOS

- ESTATURA MEDIA / 3 A 4 CORTES

1.61 A 1.69

- ESTATURA ALTA / MÁS DE 4

1.70 O MÁS

### HOMBRE

- ESTATURA PETIT / MAX 2 CORTES

1.65 O MENOS

- ESTATURA MEDIA / 3 A 4 CORTES

1.65 A 1.74

- ESTATURA ALTA / MÁS DE 4

1.75 O MÁS

# ¿CÓMO MEDIR?



PARA IDENTIFICAR EL TIPO DE CUERPO DE UNA PERSONA ES NECESARIO MEDIRLO.

LOS TRES PUNTOS QUE DEBEMOS MEDIR EN UNA MUJER SON HOMBROS, CINTURA Y CADERA.

EN EL CASO DE HOMBRES SOLAMENTE SE MIDEN HOMBROS Y CADERA.

UNA VEZ QUE TENEMOS LAS MEDIDAS, ESTOS SON LOS SIGUIENTES PASOS:

1. MEDIDA DE HOMBROS - MEDIDA DE CADERA = 0 A 5CM HAY EQUILIBRIO, =6CM O MÁS NO HAY EQUILIBRIO

SOLO MUJERES

2. MEDIDA DE HOMBROS - MEDIDA DE CINTURA =24CM O MÁS SI HAY CINTURA =23 O MENOS NO HAY CINTURA

SI LOS HOMBROS SON MÁS ANCHOS:

- MUJER: TRIANGULO INVERTIDO
- HOMBRE: TRAPECIO O TRIANGULO INVERTIDO

CADERA ES MÁS ANCHA:

- MUJER Y HOMBRE: TRIANGULAR

CUANDO NO HAY CINTURA:

- MUJER: RECTANGULAR

CUANDO HAY CINTURA:

- MUJER: RELOJ DE ARENA