



LOS 7 PASOS PARA MEJORAR TU IMAGEN PERSONAL

Segura, Elegante y con Estilo



1.- Objetivo

Tener un objetivo claro a la hora de vestirte te permite proyectar la imagen adecuada. Cada decisión de estilo debe estar alineada con lo que quieres comunicar al mundo.

- Claridad:

Define lo que deseas proyectar (autoridad, confianza, cercanía).

- Adaptabilidad:

Ajusta tu vestimenta según el tipo de evento o situación.

- Intención:

Cada prenda debe tener un propósito, la ropa, los zapatos y los accesorios.

- Impacto visual:

Piensa en la impresión que causarás a primera vista.

- Evolución personal:

Conforme cambien tus metas, tu estilo debe reflejar esa evolución.



2.- Porte

El porte está directamente relacionado con cómo te ves y te sientes. Una postura adecuada puede transformar tu imagen personal.

- Postura:
Mantén la espalda recta y los hombros relajados para irradiar seguridad.
- Movimiento:
Camina con pasos firmes y un ritmo natural, transmitiendo confianza.
- Lenguaje corporal:
Usa tus gestos y posición para complementar tu vestimenta.
- Equilibrio:
Encuentra el balance entre elegancia y naturalidad en tu postura.
- Proyección:
Tu porte influye en cómo te perciben, ya sea en entrevistas, eventos o reuniones informales.



3.- Carisma

El carisma es la combinación de actitud y comportamiento que atrae a los demás.

- **Sonrisa:**
Una sonrisa auténtica te hace más accesible y genera conexión.
- **Contacto visual:**
Establecer contacto visual demuestra interés y confianza.
- **Cortesía:**
Ser respetuoso y educado abre puertas en cualquier situación.
- **Escucha activa:**
Presta atención a los demás, esto aumenta tu carisma y empatía.
- **Liderazgo emocional:**
El carisma también está en manejar las emociones propias y ajenas, generando una influencia positiva.



4.- Estilo

El estilo es la forma en que expresas tu identidad a través de tu vestimenta.

- Autenticidad:

Tu estilo debe ser un reflejo de quién eres, no solo de las tendencias.

- Versatilidad:

Opta por piezas que puedas adaptar a distintas situaciones.

- Coherencia:

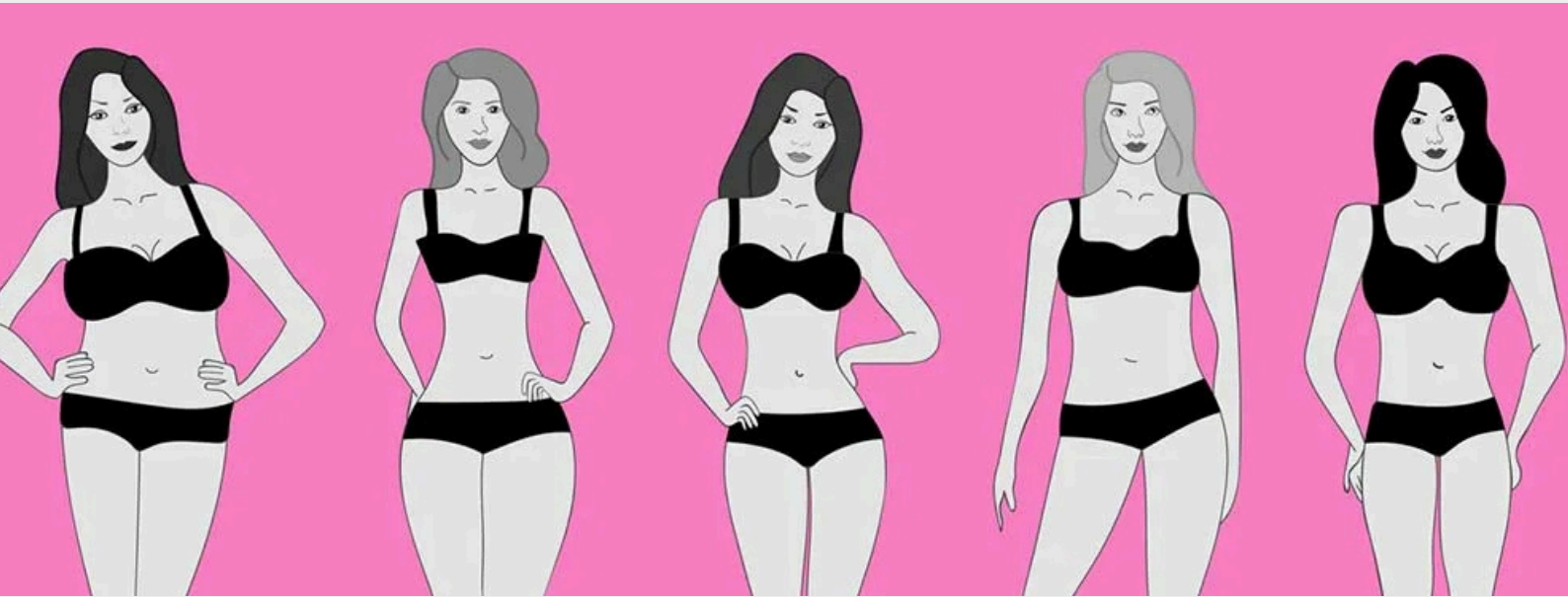
Cada prenda y accesorio debe estar en armonía con tu personalidad y el entorno.

- Funcionalidad:

Elige ropa cómoda que te permita moverte con libertad sin sacrificar la elegancia.

- Actualización:

Mantén un balance entre lo clásico y lo moderno, renovando tu guardarropa con piezas atemporales.



5.- Morfología

Entender la forma de tu cuerpo es clave para vestir de manera favorecedora.

- Proporciones:

Conoce tu cuerpo y selecciona prendas que balanceen visualmente las áreas que quieras destacar o disimular.

- Cortes adecuados:

Escoge diseños que resalten tus mejores atributos.

- Volumen:

Juega con prendas ajustadas y sueltas para equilibrar tu figura.

- Texturas y tejidos:

Usa materiales que agreguen o resten volumen donde lo necesites.

- Detalles visuales:

Utiliza líneas, estampados y colores estratégicos para redirigir la atención hacia donde quieras.



6.- Colorimetría

El color adecuado puede realzar tu belleza natural y mejorar tu autoestima.

- Paleta de colores:

Conocer tu paleta te permitirá elegir prendas que resalten tu rostro, minimizando imperfecciones.

- Contrastes:

Usa contrastes para crear dinamismo y equilibrio en tus outfits.

- Neutralidad vs. Viveza:

Apuesta por colores neutros para una base sólida y colores vivos para destacar.

- Equilibrio:

Un buen manejo de la colorimetría armoniza todo tu look.

- Psicología del color:

Usa colores estratégicos para influir en la percepción que otros tienen de ti (rojo para poder, azul para confianza, etc.).



7.- Etiqueta en la Mesa

La etiqueta y el protocolo en la mesa son esenciales para causar una buena impresión en entornos formales.

- Posición correcta:
Coloca los cubiertos de manera adecuada al comer y entre pausas.
- Conversación adecuada:
Mantén un tono de voz moderado y evita temas incómodos.
- Modales:
Siempre agradece y sé cortés con las personas que te rodean, incluyendo el personal de servicio.
- Uso de la servilleta:
Colócala en el regazo y úsala para limpiar delicadamente tus labios cuando sea necesario.
- Tiempo de la comida:
Evita comer demasiado rápido o demasiado lento; sigue el ritmo general de la mesa.

¿Quieres aprender más sobre IMAGEN PERSONAL?

Regístrate a nuestra Masterclass
haciendo click en el botón



CARENA
IMAGEN INTEGRAL

MASTERCLASS

EL PODER DE TU PRESENCIA

Descubre el método exacto para transmitir
seguridad, elegancia y estilo con tu imagen en
únicamente 60 minutos.

Te sentirás más segura y con clase.

[REGISTRARME AHORA](#)