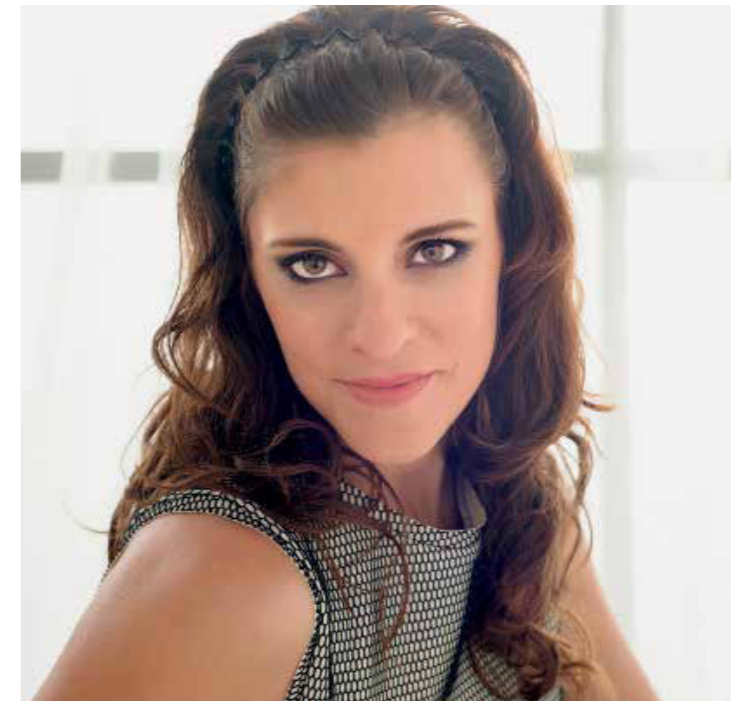


# Vestir a nossa idade: sim ou não?



POR ALEXANDRA LOPES • CONSULTORA DE IMAGEM

alexandralopes.com • imagem@alexandralopes.com

A importância da imagem manifesta-se de diferentes formas e assume contornos distintos, consoante a faixa etária em que nos situamos.

Tudo o que nos rodeia, condiciona-nos ou liberta-nos, provocando transformações na nossa personalidade, ao longo dos anos. Consequentemente, o modo de comunicarmos essas transformações é visível através da imagem que projetamos.

“A moda desaparece, só o estilo permanece o mesmo”  
Coco Chanel

A nossa imagem sofre condicionamentos pela sociedade e contexto profissional em que nos inserimos, assim como pelas tendências ditadas pelo mundo da moda. Mesmo que não queiramos seguir as tendências sugeridas a cada estação, o vestuário disponível em grande parte das lojas é ditado por essas mesmas tendências.

“O luxo deve ser confortável, caso contrário não é luxo”  
Coco Chanel

Independentemente da idade que tenhamos, importa referir que é fundamental estarmos confortáveis com a roupa que usamos e ter sempre em consideração o nosso formato de corpo e peso, dando preferência a peças que nos favoreçam e que nos permitam tirar o melhor partido dos nossos pontos fortes, disfarçando os menos fortes.

## Aos 20 anos

Quanto mais novas somos, maiores os riscos que podemos assumir, tendo apenas em atenção o formato do nosso corpo e, assim que entramos no mercado de trabalho, o contexto empresarial no qual nos inserimos.

Nesta fase da vida, deixamos, gradualmente, cair o nosso ar de menina, privilegiando e apreciando mais a mulher que há em nós. É também nesta altura que conquistamos a nossa independência, através do primeiro emprego. Essa independência reflete-se na forma de vestir, mais criativa, e com a afirmação da nossa condição de mulher, através de peças mais sensuais. Por isso, arrisque em decotes, peças mais justas e comprimentos curtos.

É o momento da nossa vida em que quase tudo é permitido!

“Elegância é quando o interior é tão bonito quanto o exterior”  
Coco Chanel

## Aos 30 anos

É nesta fase da nossa vida que o nosso próprio estilo emerge! Conhecemos melhor o nosso corpo, já temos uma noção mais aprofundada do que nos favorece e quais as peças que, por mais que queiramos, não nos assentam tão bem como gostaríamos. É também aos 30 anos que a moda deixa de nos influenciar tanto e começamos a sentirmo-nos confortáveis com o nosso próprio estilo.

A qualidade do vestuário começa a ganhar mais protagonismo do que a quantidade e começamos a preferir peças elaboradas com melhores materiais e que possam ser usadas em mais do que uma estação.

Aos 30 anos, somos mais maduras, muitos dos nossos sonhos já foram concretizados como, por exemplo, ter independência financeira, uma carreira profissional estável, ter filhos ou casar.

A elegância entra em cena! Preferimos assumir uma sensualidade menos exuberante, em que a sugestão é mais sexy do que o evidente. É sensual mostrar o colo e um ombro, desde que na medida certa. Os comprimentos de saias, vestidos e calções variam entre o médio e o longo, combinados com acessórios mais ousados e criativos.

## Aos 40 anos

A qualidade do vestuário ganha ainda mais importância nesta fase da nossa vida, investindo em boas peças que duram anos e anos!

As tendências de moda não devem ser postas de parte, caso nos identifiquemos com elas. Nada como combinar peças mais clássicas com outras que sejam tendência e assumir um *look* moderno com um estilo próprio, refletindo a nossa personalidade, confiante e independente.

Sobre o que vestir depois dos 40, Ines De La Fressange – autora do livro de estilo ‘A Parisienne’ – defende: “É preciso saber revigorar o nosso estilo quando envelhecemos. Não se trata de uma questão de mudança, mas de evolução.”

O truque é apostar em acessórios certos que farão toda a diferença no nosso *look* e lançar a dúvida no ar sobre qual a nossa idade real...

Não devemos descuidar a nossa rotina de cuidados diários de pele, com proteção solar e anti-idade, de acordo com o nosso tipo de pele.

“A melhor cor do mundo é a que fica bem em si”  
Coco Chanel

## Aos 50 anos

Se estivermos satisfeitas com o nosso estilo, nada melhor do que atualizar as nossas peças de qualidade com novos cortes, cores e tecidos, tendo em consideração eventuais variações no peso, frequentes após a menopausa.

Por vezes, e devido a essas variações de peso, escolhermos cores mais escuras para disfarçar alguns quilos a mais. Mas atenção! Não devemos cair no extremo de usar apenas cores escuras, pois poderão conferir-nos um visual mais pesado e envelhecido. Nada melhor do que apostar em joias e acessórios que valorizem o nosso rosto, realçando a nossa beleza!

## Dos 60 anos em diante

Nesta fase da vida, as alterações hormonais e metabólicas que podem gerar ganho de peso serão mais evidentes, assim como a perda de elasticidade da pele.

Peças com linhas simples e *clean* são ótimas parceiras e os *tailleurs* poderão ser os nossos novos melhores amigos!

Em relação ao cabelo, e consoante o nosso estilo e personalidade, é o momento certo para assumir os brancos integrais, realçando-os com tons cinza se o nosso tom de pele o permitir.

“Você pode ser bonita aos 30, charmosa aos 40 e irresistível para o resto da sua vida”  
Coco Chanel

O importante, independentemente da nossa idade, é sentirmo-nos bem na nossa pele e confiantes com o que vestimos. O importante é sermos nós próprias, tendo sempre em consideração tudo o que nos rodeia e o contexto no qual nos inserimos. I