

EVITE TRASTORNOS POR UN BRASIER INADECUADO NI AHOGADAS NI

BAILARINAS

♦ JAZMÍN RIVERA

jarivera@lateja.co.cr

No usar el el brasier correcto puede provocar desde migrañas hasta cáncer de mama.

Se estima que a nivel mundial 80% de las mujeres no saben cuál talla es la correcta.

Al usar cualquier sostén le estaríamos dando a nuestro busto un mal soporte, con lo cual, se provocan dolores de espalda, cuello, en las mamas, en brazos, migraña y hasta deformidades en el tórax.

En el caso de las mujeres con pechos grandes, hay sostenes con compresión, que evitan el rebote, siendo más cómodos de usar.

Y para las que tienen poco pecho, existen sostenes deportivos con forma, que agregan algunas curvas a la figura y tallan bien.

No es cualquiera. El brasier correcto debe de tallarle firme pero no apretado, y nunca holgado.

Fíjese que las tiras no se marquen en los hombros.

Es importante tomar en cuenta que el pecho no se tiene que salir de las copas y la parte trasera no tiene que subirse en la espalda.

Si siente que le aprieta o está muy flojo esa no es su talla. El sostén correcto no deja las mamas apretadas.

Lo ideal es probarse y comprar estas prendas en días que no se tenga la regla, debido a que la menstruación provoca un aumento del volumen mamario.

Pruebe que su brasier sea el correcto metiendo un dedo entre las dos mamas y levante el sostén, si el movimiento se hace fácil la talla es la ideal.



ARCHIVO GN

Manténgase alerta a cambios en el tamaño del seno, si nota que los sostenes no le quedan bien mejor cambie el tamaño.

853458