

Indispensáveis

- Bege para roupa clara
- Preto ou de cor escura para roupa escura.
- *Plunge* (tem as copas mais juntas e cria um efeito de decote em V) ou *half cap* (taça) para roupa decotada.
- Cai-cai ou com alças multiusos para ocasiões formais ou festivas.



2ª pele

Aceitámos o convite da Dama de Copas para fazer uma sessão de *Bra Fitting**. E ficámos a perceber quais os pontos mais importantes na escolha de um *soutien*. Por Sílvia Sousa



De elastano e tule Gisela, €22,13 (o conjunto)

De elastano e seda Panache, na Dama de Copas, €52



De renda e elastano Women'Secret, €19,95



Costas

O *soutien* deve aconchegar o tronco e ter apenas dois dedos de folga.

Copa

O aró é fundamental no *soutien*, mesmo para o peito pequeno, pois ajuda a enformá-lo correctamente e garante melhor sustentação. Deve delinear o seio completamente, desde a axila, acompanhando a sua curva na base e assentando perfeitamente no esterno. O aró não deve ficar levantado entre os seios.

As costuras na copa, sejam verticais, diagonais ou horizontais, fazem parte

da estrutura do *soutien* e ajudam a suportar e a enformar o peito. Mantêm-no levantado e dão uma forma mais arredondada ou mais bicuda, conforme a preferência.

Alças

A alça não deve suportar o *soutien* nem o peito, a ponto de marcar os ombros.

Materiais

Prefira *soutiens* com mistura de poliéster, nylon e elastano. As copas podem ser forradas de algodão para maior conforto e as rendas devem ser suaves e agradáveis ao toque.

- Em média, um *soutien* pode durar entre seis meses e dois anos.
- As sessões de *fitting* devem ser repetidas de seis em seis meses ou quando houver alterações de peso.
- Comece por apertar o *soutien* no último colchete e, à medida que vai alargando, aperte-o nos colchetes seguintes. Quando chegar ao último colchete, porque o *soutien* já perdeu elasticidade, sabe que está na hora de comprar um novo.
- O tipo de lavagem influencia o tempo de vida de um *soutien*. Lave à mão, com detergente para roupa delicada.

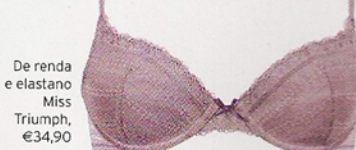
*Bra Fitting é uma marca registada pela Dama de Copas, www.damadecopas.pt



De renda e elastano Intimissimi, €25,90



De renda e elastano La Perla Studio, €78



De renda e elastano Miss Triumph, €34,90



De algodão e elastano Under Colors of Benetton, €10,90



De renda e elastano da linha Shape, da Intimissimi, €25,90