

# Revolução da copa A

O tamanho do peito é um dos fetiches dos homens... e das mulheres.

E um peito pequeno é tido, muitas vezes, como pouco sensual, mas é um engano. Sem teres de recorrer a um implante, podes torná-lo uma arma de sedução e sentires-te bem contigo própria, tal como és

POR SORAIA ESTEVES

Embora o tema dos implantes esteja na ordem do dia, e são cada vez mais as mulheres que optam por recorrer à cirurgia estética para aumentarem o tamanho do peito, comprar um sutiã 32A não é motivo para te sentires menos sensual. Aliás, na verdade, a aceitação das mamas com um tamanho reduzido tem vindo a aumentar. Pelo menos é o que parece, em primeira análise, de acordo com os dados da American Society of Plastic Surgeons, que revelou uma diminuição do número de mamoplastias de aumento em cerca de 17% ao longo dos últimos anos (se quiseres saber mais sobre este assunto, vai ao site [www.plasticsurgery.org](http://www.plasticsurgery.org)).

Por cá, e de acordo com Filipa Rocha Páris, diretora da Hope Portugal, existem "dados estatísticos comprovados em termos de vendas que confirmam que cerca de 65% das nossas vendas são de sutiãs acolchoados, e um terço destes são copas A." Além disso, "uma grande parte das consumidoras portuguesas tem o peito pequeno e vem ter connosco para as ajudarmos a procurar a melhor forma de o realçar, mas sempre de maneira natural."

Mas mais do que fazer parte do grupo maioritário, a própria Ciência

## ENCONTRA O TEU SUTIÃ IDEAL

Inês Basek, cofundadora do salão Dama de Copas, deu-nos dicas úteis

### DESCOBRE SE UTILIZAS O SUTIÃ ERRADO:

1. As copas ficam afastadas dos seios.
2. Os aros não abraçam o peito na base.
3. O fecho do sutiã afasta-se facilmente do corpo.
4. O sutiã sobe nas costas.
5. As alças apertam demais ou descaem com o movimento.
6. Durante o dia tens de ajustar o sutiã várias vezes.

### O QUE FAVORECE O PEITO PEQUENO:

- ▶ **Plunge** (com parte da frente do sutiã mais baixa) - oferece um decote em formato V e aproxima os seios.
- ▶ **Balconnet** (em formato *half-cup*, meia copa) - oferece um decote em formato U, faz o efeito *push-up*.

A Dama de Copas é o único espaço em Portugal de aconselhamento e venda de *lingerie* com um serviço de *bra fitting* gratuito e diferencia-se por ter consultoras que te ajudam a descobrir o teu tamanho. R. do Carmo, 51 - 1º dto, Chiado, Lisboa. Site: [www.damadecopas.pt](http://www.damadecopas.pt)



comprova o que muitas destas mulheres sempre souberam: um peito pequeno é bonito e elegante e até tem as suas vantagens. Continua a ler...

## Sentes mais prazer

Um estudo da Universidade de Viena descobriu que os seios grandes são menos sensíveis do que os mais pequenos. "Existem estudos que confirmam que mamas mais pequenas são mais sensíveis que as de maiores dimensões, o que faz todo o sentido, já que o volume não se correlaciona com o tamanho da glândula mamária *per se*. Uma mama de grandes dimensões tem grandes quantidades de tecido adiposo (gordura), podendo até ter uma glândula relativamente pequena", diz Pedro de Freitas, médico sexologista clínico e sócio cofundador do ILASC (Instituto Luso-Americano de Sexologia Clínica). Nos peitos mais pequenos, as glândulas são mais fáceis de estimular "porque têm uma camada menor de gordura envolvente", explica o especialista. E como o peito pequeno pesa menos, suporta melhor o movimento. (Nota: as mulheres bem "dotadas" também sentem prazer, só precisam de um toque mais forte.)

## Elas mantêm-te saudável

Ter o peito pequeno oferece outros benefícios à mulher. "É conhecida a relação entre obesidade e o risco de cancro da mama. Desta forma, existe uma relação indireta entre o tamanho do peito e o risco de cancro da mama. Quanto à realização de diagnóstico, é de facto mais fácil examinar um peito pequeno, mas as diferenças só são significativas quando comparamos com peitos excessivamente grandes", afirma Nuno Miranda, diretor clínico do Instituto Português de Oncologia de Lisboa, Francisco Gentil. Além de ser benéfico para a tua saúde, contribui para que não tenhas problemas de postura. Os seios maiores são mais pesados e exercem uma maior pressão sobre o corpo. "As desvantagens do peito excessivamente grande ocorrem ao nível da coluna vertebral com o peso associado", explica o diretor.

## Pareces jovem durante mais tempo

Os homens sempre repararam nos seios de maior volume (que novidade!), mas nem sempre pela razão que julgas. No tempo das cavernas, o homem precisava de uma fórmula para adivinhar a idade da mulher. "Eles olhavam para as evidências físicas", diz o médico Satoshi Kanazawa, psicólogo evolucionista da London School of Economics. A escolha foi para as glândulas mamárias. "Os peitos grandes tendem a descair com a idade e isso era um indicador de que a mulher era mais velha", afirma o especialista. "É mais difícil descobrir a idade das mulheres de peito pequeno." As portadoras de um peito reduzido são menos afetadas pela gravidade, logo o peito mantém-se sexy durante mais anos. ■

Não deves sentir-te "menos mulher" ou menos sexy só por teres um peito pequeno: as vantagens são imensas!

