

É CLARO QUE VOCÊ SABE QUAL O NÚMERO DO SEU SUTIÃ



Bom, será mesmo? De acordo com uma pesquisa feita por Ali Cudby, autora americana de *A Fab Foundation's Guide to Bras* ("Guia do sutiã", em tradução livre), cerca de 80% das mulheres vestem o tamanho errado. E isso causa várias consequências: a roupa não cai bem, a coluna dói com o peso dos seios, as alças machucam os ombros. Para se livrar de todos esses problemas, fique esperta na hora de comprar a peça.

1

TENHA PACIÊNCIA DE EXPERIMENTAR

Esqueça a numeração que você já decorou. Primeiro, ela pode estar errada — seus seios vão mudar de tamanho vida afora, se você ganhar ou perder peso, tiver filhos... Segundo, as medidas podem variar conforme a marca e o modelo. Então é importante se munir de paciência e passar um tempinho no provador. Fora que algumas lojas trabalham com o padrão americano, que tem um número seguido de uma letra. O número se refere à medida do seu tronco e a letra à taça. Por isso, garotas com o mesmo tamanho de seios podem vestir sutiãs diferentes — uma usa 42B e a outra 44B, por exemplo.

2

PROVE COM TODOS OS FECHOS

Para acertar na compra, a maneira mais fácil é começar checando qual deve ser o tamanho usado no tronco (tome a medida com fita métrica posicionada logo abaixo dos seios). Aí, de acordo com o número que a fita métrica mostrar, a vendedora (ou a tabela com numerações da marca, se você comprar online) vai poder informar qual o número certo para você naquela loja. E, na hora de vestir, verifique se o sutiã fica confortável com o fecho preso no clipe o mais largo possível — assim, você sabe que pode fechá-lo mais justo caso ele fique um pouco frouxo depois de uma lavagem.

3

TESTE AS VARIAÇÕES DE TAÇA

Só então experimente as variações de taça possíveis até encontrar a sua (por exemplo: 44A, 44B, 44C). Preste atenção se os seios realmente cabem dentro dela — se ficar saindo para o lado, ela está pequena; se sobrar espaço, está grande. "Não vale dar um truque para encaixá-los, pois depois de um tempo o seio volta para o lugar e o espaço sobra ou falta", diz Fernanda Luchesi, personal stylist de São Paulo. Como quase toda mulher tem assimetria, primeiro se preocupe com a mama maior. Se ela ficar acomodada, você pode usar um pad no bojo da mama menor para não sobrar espaço.

4

MEXA-SE PARA VER SE TUDO ESTÁ NO LUGAR

Agora é a hora da checagem geral. Mexa-se e levante os braços para ver se a peça continua no lugar certo e não há nada pulando para fora. Se a parte de trás sobe pelas costas, é preciso fechar mais apertado ou ajustar as alças — elas não podem causar pressão no ombro nem ficar caindo. E lembre-se: as alças afrouxam com o tempo, então é possível que você tenha que ajustá-las com alguma frequência. Também observe se o arame abaixo das mamas está apertando a pele. "O sutiã deve ser algo extremamente confortável, você tem de se sentir segura, mas sem lembrar que ele está ali."