

Descubre tu estilo y optimiza tu clóset sin dañar el ambiente



Identificar tu estilo, tu tipo de cuerpo y tus hábitos son los primeros pasos para **optimizar tu armario**.

Paola Parga Saucedo, EXATEC de Campus Hidalgo y **Doctora en Imagen Pública** te cuenta como lograrlo.

Existen **siete estilos** en el ámbito de la imagen, puedes encontrar el tuyo en la forma de vestir que te hace sentir más **cómodo**.



width="940" loading="lazy">

Tipos de estilo

1. Natural
2. Tradicional
3. Elegante
4. Romántico
5. Seductor
6. Creativo
7. Dramático

Paola Eleonora Parga Saucedo Licenciada en
Administración de Empresas, Maestra y Doctora en
Imagen Pública

CONECTA

Determinar tu **tipo de cuerpo** también ayuda a seleccionar las prendas que te van mejor.

“Cuando utilizas cierta prenda **¿por qué lo haces? o ¿por qué dejaste de usarla?** Cuando dejas de utilizar algo es porque no te sientes "tú", comparte la consultora para **CONECTA**.

“Lo ideal es quitar esas prendas de tu armario para que no utilicen espacio que puede ser reemplazado.” expresa Paola en el “Manual para arreglar tu closet”.

Otro factor indispensable para seleccionar la ropa de tu armario, es **identificar tus hábitos**.

La forma en la que vistes se refleja en las actividades que realizas comúnmente, **como hacer ejercicio, trabajar o estudiar**.

Es posible adaptar “un **clóset cápsula**” o un closet con **prendas esenciales** que nunca pasan de moda como playeras, pantalones, abrigos y algunas prendas atemporales.

Sin embargo, se deben considerar las **necesidades de cada estación del año**, en cuanto a temperatura o lluvias.

Aunque parezca remoto, la ropa tiene un **impacto en la contaminación**, la industria textil se ha convertido en la segunda más contaminante del planeta según **Green Forest**.

Y la **ONU** califica la industria del **fast fashion** de **emergencia ambiental**, responsable del 20 % de las aguas residuales y del 10 % de las emisiones de carbono mundiales.

Por lo anterior, optimizar tu armario y buscar prendas de calidad no solo ayudan a **eficientar tu forma de vestir, también ayudan al ambiente**.

“En vez de comprar vestidos de noche o trajes formales para eventos diferentes, **puedes optar por rentar las prendas**, de esta manera, no gastas mucho y no contaminas” aconseja Paola.

La doctora recomienda que cuando tomes la decisión de organizar tu armario, sea **en un día**, ya que evitarás guardar cosas que no necesites o dejar las cosas a medias.

¿Cómo empezar a organizar tu armario?

Lo que vas a conservar

¿Es de tu talla? ¿Es tu estilo? ¿Te hace feliz?

Lo que se va (Donar o vender)

¿Cuánto tiempo tienes sin utilizarlo? ¿Te gusta el color? ¿Va con tu estilo?

- Asigna un lugar específico para cada prenda dentro de tu armario
- Separa la ropa que va colgada de la que va doblada
- Puedes optar por ordenar según los colores de las prendas

Paola Eleonora Parga Saucedo Licenciada en Administración de Empresas, Maestra y Doctora en Imagen Pública

CONECTA



width="940" loading="lazy">

Si quieres conocer otros **tips sobre tu imagen y el orden en tu estilo de vida** puedes visitar la página de Instagram de Paola **@clm_consultora**

Tambien te puede interesar

[El fenómeno Marie Kondo: ¿por qué estamos obsesionados con el orden?](#)