

¿Qué os parecen?

¿Por qué te preocupa tanto la estatura? ¿Crees que el ser baja es gran defecto? ¿Supones acaso que, por medir unos centímetros menos que Marisa, serán los éxitos en tu vida mucho más escasos y reducidos...?

Si quieres animarte repasa la Historia; la mayoría de las mujeres en ella más sobresalientes, han sido mujeres de escasa estatura.

Además, ¿qué importa ser pequeña cuando hay tantos trucos para disimularlo? Nosotros conocemos a muchas mujeres «minúsculas» que sin embargo parecen altas... Si os entretenéis en hojear un libro de ilusión óptica no os extrañará tanto. Una mujer puede medir 1,50 m. y no parecer pequeña al lado de una

alta, si ella sabe sacar partido de su silueta y de su línea. *

En esta página hemos reunido para vosotras todo lo que puede contribuir a haceros parecer más altas. Son éstas unas reglas de estética que una mujer pequeña no debe de infringir nunca. *

Así, pues, no apenaros porque no midáis 1,70 m. Una mujer no tiene necesidad de ser alta. El género majestuoso no está de moda. Nada hay tan bonito como una señora joven y pequeña al lado de su «gran marido», como una mamá del brazo de su hijo, que es ya mucho más alto que ella...

¿Y sabéis que las españolas crecen? Miradlas y veréis cómo la mayoría de las hijas son más altas que sus madres, y cómo éstas, a su vez, lo han sido más que las suyas. He aquí los primeros efectos de una existencia más sana y de una mejor concepción en la higiene de la infancia. *

Estos cuidados os harán parecer mucho más altas

1.º El peinado hacia arriba, con bucles en lo alto de la cabeza y dejando al descubierto la frente y las orejas. *

2.º Maquillarse ligeramente. Un maquillaje muy vivo, con pestañas embadurnadas de negro, hacen parecer mucho más pequeña a una mujer menuda y le dan el aspecto de una muñeca. *

3.º Llevar siempre la cabeza alta, pero no tanto que vuestro mentón vaya mirando al cielo. Basta-

rá que vuestra nuca permanezca lo más tiesa posible. *

4.º Velad sobre todo que no os engorden las caderas. Para evitarlo practicad el ejercicio siguiente:

Tumbaros sobre el suelo, los brazos en cruz; atraed las piernas sobre el pecho y alternativamente tocar el brazo derecho y después el izquierdo con las piernas. *

5.º No perder ni una pulgada de talla. Hay ejercicios muy indicados para crecer y uno de los más eficaces es el siguiente:

Colocaros en posición de firmes, los brazos estirados a lo largo del cuerpo; iniciar una profunda inspiración, al tiempo que eleváis ambos brazos hasta juntarlos por encima de la cabeza, y con las palmas de las manos hacia arriba haced el mismo movimiento que si quisiérais alcanzar el techo con ellas. Después, haced descender los brazos al propio tiempo que iniciáis la espiración de forma que al llegar a su posición inicial hayáis vaciado por completo vuestros pulmones. Repetid este ejercicio quince o veinte veces cada mañana. *

Y ahora algunos consejos sobre vuestro ropero

Lo que debéis llevar:

- 1.º Abrigos abrochados sólo en la mitad del delantero. *
- 2.º Elegid siempre abrigos y trajes de cuello pequeño y bajo.
- 3.º Usad escotes en punta.
- 4.º Faldas poco anchas, especialmente en los trajes de noche.
- 5.º Mangas de puños estrechos. *

Lo que no debéis llevar:

- 1.º Nada de zapatos planos y

los de «sport» de medio tacón. *

2.º Evitad los trajes con piezas de distintos colores. *

3.º No usad trajes de noche con cintura drapeada. *

4.º Que vuestra falda no sea demasiado larga ni excesivamente corta; un buen término medio, que nadie mejor que vosotras podrá determinar observándoos en movimiento ante un espejo. *

5.º Nada de sombreros altos. Aparentemente hacen más altas, pero rompen la proporción y no olvidéis que una mujer baja, pero bien proporcionada, aparenta más altura que la que en realidad tiene. *

