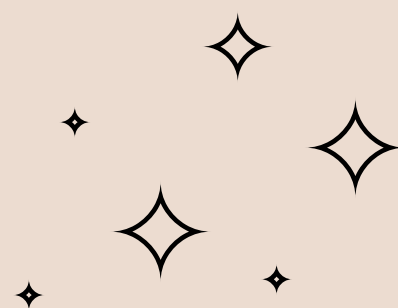




mamá

CON ESTILO

Fórmula 1:

CONJUNTO DE EJERCICIO + CAMISETA + TENIS

Ideal para salir al parque a pasear con tu bebé.



No tengas miedo de usar prendas ajustadas, siempre y cuando agregues una pieza encima holgada para que te sientas más cómoda. Esta camiseta es ideal porque cubre las caderas.

HECHO POR: *Cordelia Ruiz*

Fórmula 2:

CONJUNTO DE PANTS/SHORTS +
T-SHIRT + TENIS

Ideal para salir al parque a pasear con tu bebé.



Si aún no te sientes cómoda con prendas ajustadas, este tipo de prendas inferiores son ideales para lograr un look sport.

HECHO POR: *Cordelia Ruiz*

Fórmula 3:

FALDA DE TENIS + CAMISETA/SUDADERA + TENIS

Ideal para salir al parque a pasear con tu bebé.



Deja la camiseta por fuera de la falda, especialmente si quieres disimular el volumen en el abdomen.

HECHO POR: Cordelia Ruiz

Fórmula 4:

CONJUNTO DE LINO + SANDALIAS/PANTUFLAS

Ideal para cuando te quedes en casa, ya sea que vayas a recibir visita o no.



Este tipo de conjuntos son ideales porque están cómodos para dormir y también lindos para salir de casa o recibir visita.

HECHO POR: *Cordelia Ruiz*

Fórmula 5:

CONJUNTO DE ALGODÓN +
SANDALIAS/PANTUFLAS

Ideal para cuando te quedes en casa, ya sea que vayas a recibir visita o no.



HECHO POR: *Cordelia Ruiz*

Fórmula 6:

TANK TOP + PANTALÓN HOLGADO
CON ELÁSTICO + SANDALIAS/PANTUFLAS

Ideal para cuando te quedes en casa, ya sea que vayas a recibir visita o no.



Me encantan estas tank tops porque ya tienen copas incluidas. Son ideales para estar sin brasier y también para lactar.



Estas sandalias son muy prácticas porque puedes usarlas en casa y también para salir.



HECHO POR: Cordelia Ruiz

Fórmula 7:

TANK TOP + CÁRDIGAN + PANTALÓN HOLGADO O
LEGGINGS + CALCETINES + PANTUFLAS/SUECOS

Ideal para cuando te quedes en casa, ya sea que vayas a recibir visita o no.



Este cárdigan largo te
hará sentir cómoda para
cubrir las caderas.

Recomiendo mucho este
tipo de leggings para que
te sientas segura del área
de abdomen.

HECHO POR: *Cordelia Ruiz*

Fórmula 8:
T-SHIRT + JEANS + TENIS

Ideal para salir a un par de pendientes, como el supermercado o la farmacia.



HECHO POR: *Cordelia Ruiz*

Fórmula 9:

TANK TOP + PANTALÓN HOLGADO CON ELÁSTICO + SOBRE CAMISA + TENIS/SANDALIAS

Ideal para salir a un par de pendientes, como el supermercado o la farmacia.



HECHO POR: *Cordelia Ruiz*

Fórmula 10:

SUDADERA + JEANS + SUECOS

Ideal para salir a un par de pendientes, como el supermercado o la farmacia.



HECHO POR: *Cordelia Ruiz*

Fórmula 11:

TANK TOP + CÁRDIGAN + PANTALÓN
HOLGADO O JEANS + TENIS/BOTINES

Ideal para salir a un par de pendientes, como el supermercado o la farmacia.



El corte recto es ideal para alargar las piernas, disimular curvas y verte más estilizada. Si vas a comprar un pantalón con cierre tradicional, procura comprarlo una talla más de lo habitual.

HECHO POR: *Cordelia Ruiz*

Fórmula 12:

BLUSA SATINADA + JEANS O PANTALÓN
CON ELÁSTICO + SANDALIAS

Ideal para salir a desayunar con amigas, piñata, comida familiar
o cualquier compromiso de día.



HECHO POR: *Cordelia Ruiz*

Fórmula 13:

T-SHIRT + PANTALÓN DE VESTIR + TENIS

Ideal para salir a desayunar con amigas, piñata, comida familiar o cualquier compromiso de día.



Algunas prefieren pañalera, otras bolsa grande. En lo personal a mi me gusta cargar con lo necesario en una bolsa grande que complete mi look.

HECHO POR: *Cordelia Ruiz*

Fórmula 14:

CONJUNTO DE LINO + TANK TOP + SANDALIAS

Ideal para salir a desayunar con amigas, piñata, comida familiar o cualquier compromiso de día.



Estos sets de lino son ideales si aún no te sientes cómoda usando jeans o shorts de mezclilla. Vas a verte igual o más arreglada y te sentirás súper cómoda.

HECHO POR: *Cordelia Ruiz*

Fórmula 15:

TANK TOP + CÁRDIGAN + PANTALÓN
HOLGADO + TENIS

Ideal para salir a desayunar con amigas, piñata, comida familiar o cualquier compromiso de día.



HECHO POR: *Cordelia Ruiz*

Fórmula 16:

BLUSA + BERMUDAS + SANDALIAS

Ideal para salir a desayunar con amigas, piñata, comida familiar o cualquier compromiso de día.



Si aún no te sientes cómoda usando ropa ajustada, está bien, pero procura de alguna forma marcar tu cintura. En este caso la blusa es ajustada de la cintura y de esa forma la estarás marcando.



HECHO POR: *Cordelia Ruiz*

Fórmula 17:

CAMISA + TANK TOP + PANTALÓN HOLGADO
CON ELÁSTICO + SANDALIAS/TENIS

Ideal para salir a desayunar con amigas, piñata, comida familiar
o cualquier compromiso de día.



HECHO POR: *Cordelia Ruiz*

Fórmula 18:

CAMISA + SHORT DE VESTIR + FLATS/MOCASINES

Ideal para salir a desayunar con amigas, piñata, comida familiar o cualquier compromiso de día.



Este tipo de camisas son ideales si estás lactando.

Este tipo de shorts son muy cómodos y al mismo tiempo te hacen ver muy elegante.

HECHO POR: Cordelia Ruiz

Fórmula 19:

TANK TOP + CAMISA + BLAZER +
PANTALÓN HOLGADO + TENIS

Ideal para ir a la oficina, en caso de que el código de vestimenta sea business casual.



Si aún no te sientes cómoda usando el tradicional pantalón de vestir, existen excelentes alternativas en el mercado, como estos pantalones *stretch*.

HECHO POR: *Cordelia Ruiz*

Fórmula 20:

CAMISA + PANTALÓN DE MEZCLILLA
CON ELÁSTICO + MOCASINES

Ideal para ir a la oficina, en caso de que el código de vestimenta sea business casual.



Este look es ideal para la lactancia. Faja la camisa por completo al pantalón, deja botones abiertos para crear escote y dobla dos veces las mangas.

HECHO POR: *Cordelia Ruiz*

Fórmula 21:

T-SHIRT + PANTALÓN DE VESTIR +
SOBRE CAMISA + FLATS

Ideal para ir a la oficina, en caso de que el código de vestimenta sea business casual.



HECHO POR: *Cordelia Ruiz*

Fórmula 22:

VESTIDO TIPO CAMISA, MIDI + TACONES

Ideal para ir a la oficina si el código de vestimenta es business formal o para una junta importante (más formal de lo habitual).



HECHO POR: *Cordelia Ruiz*

Fórmula 23:

CONJUNTO SATINADO + TACONES

Ideal para ir a la oficina si el código de vestimenta es business formal o para una junta importante (más formal de lo habitual).



Deja la camisa por fuera y de esta forma vas a disimular el volumen en el abdomen. Dobla dos veces las mangas para marcar visualmente tu cintura.

HECHO POR: *Cordelia Ruiz*

Fórmula 24:

CAMISA + PANTALÓN DE
VESTIR + BLAZER + TENIS

Ideal para ir a la oficina si el código de vestimenta es business formal o para una junta importante (más formal de lo habitual).



El hacer layering (una pieza sobre otra) tiene muchos beneficios. En primer lugar te hace ver más interesante, sin tener que hacer un gran esfuerzo. Por otro lado, estiliza tu figura, creando una línea vertical en el centro de tu torso.

Faja la camisa por completo al pantalón. El blazer va a disimular el volumen en el abdomen.

HECHO POR: *Cordelia Ruiz*

Fórmula 25:

VESTIDO TIPO POLO, MIDI + TENIS

Ideal para salir a cenar con tu esposo, con amigos o cualquier compromiso de noche.



Estos vestidos son ideales para lograr un look casual pero a la vez elegante. Piensa en una opción versátil, para que puedas usarlo de día, de noche, con hijos o sin hijos.

HECHO POR: *Cordelia Ruiz*

Fórmula 26:

VESTIDO MIDI + SANDALIAS

Ideal para salir a cenar con tu esposo, con amigos o cualquier compromiso de noche.



Siempre recomiendo el corte “A” en vestidos y faldas, pues es favorecedor para todos los tipos de cuerpo.

HECHO POR: *Cordelia Ruiz*

Fórmula 27:
CONJUNTO + TACONES BAJOS

Ideal para salir a cenar con tu esposo, con amigos o cualquier compromiso de noche.



Este tipo de conjuntos son ideales para usar de día o de noche. Es súper cómodo y además amigable con la lactancia.



HECHO POR: *Cordelia Ruiz*

Fórmula 28:

T-SHIRT + PANTALÓN DE VESTIR +
SUÉTER EN LA ESPALDA + TENIS

Ideal para salir a cenar con tu esposo, con amigos o cualquier compromiso de noche.



HECHO POR: *Cordelia Ruiz*

Fórmula 29:
CONJUNTO SATINADO + TACONES

Ideal para un baby shower, despedida de soltera o cualquier evento formal de día.



Los conjuntos satinados son perfectos si quieres sentirte cómoda (sin vestido o falda) y verte elegante a la vez.

HECHO POR: *Cordelia Ruiz*

Fórmula 30:

VESTIDO ENVOLVENTE (CON BOTONES EN LA PARTE SUPERIOR PARA LACTAR) + FLATS

Ideal para un baby shower, despedida de soltera o cualquier evento formal de día.



Sí existen vestidos amigables para lactar ¡y este es un claro ejemplo!

HECHO POR: *Cordelia Ruiz*

Fórmula 31:

BLAZER + FALDA CORTA + TACONES

Ideal para un baby shower, despedida de soltera o cualquier evento formal de día.



Aprovecha tus salidas sin tu bebé para usar bolsas u otros accesorios que normalmente no usarías.



Este tipo de tops también son ideales para lactar.



HECHO POR: *Cordelia Ruiz*

Fórmula 32:
VESTIDO CORTE “A” + TACONES

Ideal para un evento formal de noche, como una boda o cena de gala.



Como lo mencioné anteriormente, los vestidos o faldas corte “A” son muy favorecedores.

Elígelo en un color oscuro para disimular volumen, pero agrega accesorios llamativos.

HECHO POR: *Cordelia Ruiz*

Fórmula 33:

VESTIDO ASIMÉTRICO (CON FRUNCIDO
EN EL ABDOMEN) + TACONES

Ideal para un evento formal de noche, como una boda o cena de gala.



Las piezas que tienen drapeado hacen que se disimule el volumen en esa zona. En este caso, estamos disimulando el volumen en el abdomen.

HECHO POR: *Cordelia Ruiz*