Noventa tips para mejorar de inmediato su imagen ejecutiva

1. La imagen ejecutiva comienza con una buena silueta. Esto quiere decir usar prendas adecuadas al tipo de cuerpo.

2. Estar en buena forma corporal comunica energía, eficiencia y alta autoestima,

3. Posea y conserve un buen corte de cabello. Verifique su peinado antes de cualquier aparición pública.

4. Use traje oscuro para comunicar autoridad. Los colores más recomendables son el azul marino y el gris oscuro.

5. Use traje claro o combinaciones ligeramente informales para comunicar accesibilidad.

6. Las texturas delgadas y suaves comunican autoridad y poder. Lanas muy ligeras con tejidos 120's o 150's. Lana combinada con seda.

7. Las texturas gruesas comunican accesibilidad y calidez. Son recomendables las lanas gruesas, el tweed y el cashmere.

8. Use camisa blanca para comunicar autoridad. Entre más fina mejor. Se sugieren de algodón egipcio o de popelina inglesa.

9. Las camisas de color o con algún patrón de rayas o cuadritos comunican accesibilidad. Igualmente las camisas de color con el cuello y los puños blancos.

10. El cuello de la camisa debe estar muy bien planchado y cerrar de manera perfecta al abotonarlo.

11. La medida del cuello debe ser exacta, de tal manera que quede confortable sin verse holgado.

12. La camisa con botones en el cuello (button down) se debe usar con combinaciones sport.

13. La camisa con puño de botones comunica accesibilidad.

14. Retire el segundo botón de los puños de su camisa una vez que haya decidido qué medida de abertura le queda más cómoda.

15. El uso de cubrebotones mejora la presencia de la camisa con puños de botón y es el paso intermedio de código de autoridad hacia las mancuernillas.

16. La camisa con puño francés para mancuernillas es símbolo de autoridad y poder. Elija su uso por encima de las de botón, a menos que su atuendo sea ligero e informal.

17. Las mancuernillas deben ser discretas y finas. De preferencia de oro. Evite cualquier ornamento en ellas que brille.

18. Evite el uso de camisa de manga corta con saco y corbata.

19. Las iniciales en la camisa mandada a hacer van en el nivel de la última costilla izquierda. Se considera ostentoso llevarlas en el cuello o en los puños.

20. Tiene más clase ordenar las camisas sin iniciales.

21. A menos que le sea imprescindible, ordene sus camisas sin bolsa de pecho, se verán más elegantes.

22. Utilice una pluma fina, de marca, es símbolo de autoridad y poder.

23. No guarde la pluma y otros accesorios en la bolsa de pecho de la camisa. Use el bolsillo interior del saco.

24. No cargue consigo más de un implemento de escritura. No tiene clase llevar el juego completo de bolígrafo, lapicero y pluma fuente.

25. Nunca se ponga unos zapatos sucios o dañados. Boléelos a diario.

26. Invierta en sus zapatos, la calidad se nota y aumenta la presencia profesional. ¿Sabía usted que una encuesta a nivel internacional reveló que lo primero que ve una mujer de un hombre son sus zapatos? ¿Y que los hombres son capaces de recibir información de una mujer

desconocida por el tipo de zapatos que usa?

27. El zapato masculino fino tiene la suela delgada y ligeramente rebasada de las orillas.

28. Conserve sus zapatos en hormas de madera, durarán el triple. La causa de que el calzado se vaya deformando hasta quedar como "góndola" es la humedad natural que les ha transmitido el pie al secarse con el enfriamiento nocturno. La horma absorbe la humedad y permite que el secado se realice de manera controlada.

29. Por favor no sea usted de los que usan mocasines con traje oscuro. Cuando se portan códigos de autoridad se usan zapatos con agujetas.

30. Cuide que el empeine del zapato cierre perfectamente al amarrar las agujetas.

31. Con traje claro se usan mocasines finos con hebilla.

32. Con combinaciones informales se usa cualquier tipo de mocasines finos.

33. Evite usar botas o botines con traje.

34. En los zapatos procure los colores negro, café oscuro a medio y cordován (que es una mezcla entre café y guinda oscuros y es un color comodín muy útil para viajar). Evite el azul, el gris, el beige y las combinaciones de dos tonos.

35. El cinturón y el zapato deben ser del mismo color.

36. La hebilla del cinturón debe ser discreta y de tamaño neutral. Es buen consejo comprar o mandarse a hacer una hebilla fina y cambiar las correas de acuerdo con la necesidad de color.

37. Los calcetines deben ser largos. Evite el desagradable efecto que causa el mostrar parte de la pantorrilla al cruzar la pierna.

38. Los calcetines deben usarse del color de los zapatos o del pantalón. Prefiera siempre usar colores oscuros.

39. Cuando no sepa qué hacer póngase calcetines negros.

40. Use calcetines lisos y delgados. El calcetín un poco más grueso y con algún dibujo formal y discreto sólo se usa con combinación sport y de textura gruesa.

41. Evite el uso de calcetines transparentes "ejecutivos" tipo media de mujer.

42. Evite el uso de calcetas deportivas o de calcetines con dibujos y colores llamativos.

43. Una corbata fina aumentará la calidad de todo el atuendo masculino.

44. Haga el nudo de la corbata doble, de forma cilíndrica y medio chuequito y forme un pliegue debajo de él que aumentará la presencia de la prenda. El nudo triangular o windsor pertenece por ahora al pasado.

45. El nudo de la corbata debe ajustar perfectamente en el ángulo de cierre del cuello de la camisa.

46. La punta de la corbata debe llegar a la altura de la hebilla del cinturón. Si su estatura es muy baja y todas las corbatas le quedan largas, mándelas recortar.

47. Prefiera las corbatas de acabado mate sobre las brillantes.

48. Evite usar pañuelo en el saco y menos a juego con la corbata.

49. En ocasiones de gala se puede usar pañuelo en el saco siempre y cuando sea de lino blanco y se coloque de manera muy discreta.

50. Procure mantener la corbata en su lugar. Las corbatas al aire o cayendo dentro de la sopa van en detrimento de su limpieza y duración. Nosotros hemos creado un adminículo invisible llamado Tielock® que conserva la corbata fija y centrada. Con gusto le daremos información al respecto.

51. Siempre abotone su saco al ponerse de pie. Se verá con mejor presencia.

52. Tenga al menos tres tipos de relojes: uno elegante con correa, uno de acero lo más neutral posible y otro del tipo deportivo.

53. El hombre ejecutivo limita el uso de joyas en las manos a la sortija de bodas. También evita las pulseritas y el uso de más anillos.

54. El portafolios debe ser fino y conservarse en buen estado.

55. El grueso del portafolios va en relación inversa con la posición de autoridad y poder. Entre más poder se tiene más delgado es el portafolios.

56. La mujer ejecutiva debe llevar bolsa o portafolios, pero no los dos. Su portafolios debe ser lo suficientemente amplio de manera que le quepa un juego pequeño de cosméticos básicos.

57. Una buena cartera es símbolo de poder. No descuide su estado ni la traiga llena de cosas prescindibles.

58. El uso de una loción o un perfume en el trabajo debe estar limitado a un aroma fresco y discreto.

59. Recorte periódicamente el vello de la nariz y las orejas.

60. Mantenga el pelo de las cejas bajo control. Recorte los largos pelos que sobresalgan.

61. Mantenga siempre limpias y arregladas las uñas de las manos.

62. Los hombres deben tratar de evitar la resequedad de la cutícula usando un poco de crema todos los días y recortando las tiritas de piel levantadas. (Las manos son el tercer punto en el que se fijan las mujeres, el segundo se los dejo de tarea, pero en francés se dice "derriérre".)

63. Los hombres ejecutivos deben evitar el barniz en las uñas.

64. La sonrisa es el medio más importante para transmitir confianza. Si no le gustan sus dientes acuda con un cosmetólogo dental. Se sorprenderá de las técnicas modernas, rápidas e indoloras que ahora existen para embellecerlos.

65. Las mujeres ejecutivas deben evitar usar las uñas largas y más si son postizas.

66. El color de las uñas debe ser discreto. El "french manicure" será una buena solución, pero debe ser hecho por un especialista.

67. El maquillaje ejecutivo es minimalista. Esto quiere decir poco y discreto en lo que se refiere al color.

68. Escoja un maquillaje lo más parecido a su tono de piel.

69. El tono de los labios deberá coordinar con el de su vestuario.

70. El resto del maquillaje deberá ir en armonía con los labios y el vestuario.

71. Los accesorios femeninos ejecutivos son discretos y finos. De preferencia de oro.

72. Los tacones del calzado femenino profesional miden 5 cm.

73. En los zapatos femeninos se recomiendan los colores básicos negro, café oscuro, beige y hueso.

74. Prefiera el uso de medias oscuras. Colores acertados serán el negro y gris humo.

75. El color de las medias debe ir en armonía con el de la falda.

76. Evite usar medias negras con dibujos seductores o encajes. No concuerdan con una postura profesional y correrá el riesgo de ser malinterpretada.

77. Evite los contrastes violentos de color entre el zapato y la media. Por ejemplo media azul marino con zapatos rojos.

78. Evite usar zapatos claros con medias oscuras.

79. El zapato que muestra los dedos de los pies se usa sin medias.

80. Cuando no sepa qué color de medias usar póngase de color natural.

81. Es preferible un buen traje sastre que sea fino y elegante a tres de baja calidad.

82. Una mascada fina aumentará la calidad de todo el atuendo femenino.

83. Evite la minifalda y los escotes profundos en el trabajo.

84. La estatura y forma de las piernas determinarán el largo ideal de la falda. (Es justo mencionarles que de acuerdo con la misma encuesta internacional antes mencionada, las piernas femeninas son el primer punto de atención de los hombres. El segundo, los ojos, y el tercero, la boca.)

85. Las mujeres ejecutivas no usan el cabello largo. (Largo es todo aquello que sobrepasa la línea de los hombros.)

86. La mujer ejecutiva nunca se maquilla frente a otros. Ni en su escritorio ni en la mesa de comidas de negocios. Deberá buscar la privacidad del baño.

87. Procure que en su atuendo no haya varios elementos que llamen la atención. Determine un solo punto de foco.

88. Adecue sus hábitos en el fumar y beber a los de su cliente.

89. En los negocios no existe el género, pero sí la buena educación. Esto significa que el trato entre un hombre y una mujer de negocios estará regido por las normas de etiqueta profesional, no por sus diferencias de condición sexual.

90. La buena educación deberá conservarse hasta en los momentos que creemos que nadie nos ve.