

# FRAN GALVÃO



## ESTILIZE-SE

Fran Galvão é consultora de Imagem e Estilo, especialista em coloração pessoal e multiplicação do guarda-roupa. Fran atua há 6 anos no mercado de moda. Siga @fran.galvao

**MODA** O SEU ESTILO PESSOAL PRECISA ESTAR ACIMA DA MODA – CASO CONTRÁRIO NÃO SERÁ SUSTENTÁVEL, MAS NÃO É CONTRA A MODA

## RELACIONAMENTO TÓXICO COM O SEU GUARDA-ROUPA

QUANDO FALAMOS DE ROUPA COMO FERRAMENTA DE AUTOESTIMA, É A CHANCE DE EXTERNALIZAR MOSTODA A RIQUEZA QUE SOMOS



Fotos: Divulgação



O tema relacionamento tóxico está bem presente nas mídias e deve ser tratado com todo respeito e seriedade. Por definição e de forma resumida um relacionamento tóxico é aquele que busca controlar um dos lados, é caracterizado pela falta de apoio mútuo, pela competição, desrespeito e muitas vezes pelo conflito.

Essa semana em atendimento à uma cliente de Consultoria de Imagem, iniciei questionando o motivo que a levou a buscar pela consultoria – detalhe importante que logo no início do processo procuro entender, mesmo que ao longo dos nossos encontros outros motivos fiquem mais aparentes - e para minha surpresa ela de uma forma bastante desenrolada me disse “estou em um relacionamento tóxico com meu guarda-roupa”, me deu alguns exem-

plos, detalhou vários conflitos, levantou questões de competição quanto a aparência e tantos outros dilemas - rimos de alguns e nos aprofundamos em outros.

Mas a verdade é que sai desse primeiro encontro com essa frase ressoando na minha cabeça e questionando o quanto isso é frequente e como muitas vezes não temos essa consciência - o quanto seu guarda-roupa é tóxico, e entre tantos motivos para julgá-lo assim destaca-se o fato dele não te representar e ainda mexer com sua autoestima.

E dentro dessa consciência necessária dois grandes pontos me chama a atenção. O primeiro é não saber ser seletiva – esquecer da importância de reservar o seu guarda-roupa para itens que realmente você ama e que te represente.

No tema estilo e imagem pessoal quando falamos de roupa

como ferramenta de autoestima precisamos ter em mente que é a chance de externalizarmos toda a riqueza que somos, nossas milhões de referências e escolhas.

E o quanto fazendo essas escolhas de forma consciente, ou o quanto deixamos outras fontes escolher por nós, seja as revistas, a rede social, o marido, as amigas e até a vendedora da nossa loja predileta. Em certas fases da vida isso até é normal, pode ser necessário - a gente pode se perder de vez em quando e nenhum animal entrará em extinção por isso - mas é tão mais satisfatório e legítimo quando você está confortável com o que veste e entende que aquilo realmente te representa.

O segundo ponto é o bombardeio de informações que diariamente recebemos. Não é saudável o tal “estar na moda”

de acordo com o frenesi das redes sociais, mas não tem como fugir – a boa notícia é que (ainda) podemos (de novo) ser seletivas.

O seu estilo pessoal precisa estar acima da moda – caso contrário não será sustentável. Isso não quer dizer ser contra a moda, julgá-la fútil ou desnecessária, muito pelo contrário. Ter um estilo próprio e gostar de moda não são coisas excludentes e sendo assim, a fórmula do sucesso será descobrir a sua essência e ir se divertindo com as novidades. Vá acrescentando informações, referências, conforme seus interesses, suas experiências e necessidades.

Nem o guarda-roupa mais perfeito, estruturado e inteligente é engessado. Como disse Gabriel o Pensador “seja sempre você mesmo, mas não seja sempre o mesmo” ■

## Anuncie:

☎ 99642.0763 | ☎ 3878.4499  
televendas@ovale.com.br

**OVALE**  
WWW.OVALE.COM.BR