

# Como criar looks que **harmonizam** com a sua imagem

*Entenda o que é contraste pessoal e como você pode fazer composições harmônicas que te favorecem.*

Este material exclusivo foi produzido a partir da Aula  
sobre Contraste Pessoal realizada por Pri Carrano.

Caso você ainda não  
tenha assistido

[CLIQUE AQUI](#)



“

"Espero que você possa aplicar o conteúdo dessa aula no seu dia a dia, seja para montar o look harmônico, seja para montar o look desarmônico. Mas, acima de tudo, se vestido com consciência, sabendo fazer as escolhas, saindo do piloto automático. Não agindo mais intuitivamente, agindo conscientemente, transmitindo a mensagem que se quer."

**PRI CARRANO**



# ÍNDICE

- 010.** O que é contraste
- 012.** O que é contraste pessoal
- 003.** Tipos de Contraste
- 018.** Por que é importante saber o próprio contraste pessoal?
- 020.** O que é harmonia visual?
- 025.** É necessário ter sempre harmonia?
- 027.** Contraste na prática
- 038.** Como descobrir o seu contraste
- 041.** Truques para harmonizar o contraste



# INTRO

Olá!

Você por acaso já sonhou alguma vez que estava no meio da rua e de repente se deu conta de que não usava roupa nenhuma?

Eu confesso que eu nunca tive esse sonho, mas eu sei que é muito comum e, todo mundo que tem, relata que é aterrorizante se imaginar nessa situação. Isso porque ninguém em sã consciência sairia no meio da rua sem roupa alguma, ninguém vai deixar exposta suas partes íntimas. E por que eu estou falando tudo isso? Por que eu quero ressaltar a importância de se vestir. Nós nos vestimos todos os dias, é algo que fazemos todos os dias, a roupa é como uma segunda pele.

Eu duvido muito que você tenha tido alguma aula sobre como se vestir na escola, ou que seus pais tenham algum dia parado e passado algumas orientações específicas sobre esse assunto. A verdade é que a gente vai se vestindo intuitivamente, sem parar para pensar muito bem sobre o assunto e, nem sempre, a gente fica satisfeita com que vê no espelho.

Eu sei disso porque já estive nessa situação, e foi por isso que eu, insatisfeita, fui atrás de entender melhor sobre o assunto. Então estudei sobre modelagem, cores, cimentos, tecidos, formas, etc. Comecei a me entender e, entendi também como eu podia aplicar todo esse conhecimento para minha vida, na escolha das minhas roupas, coisa que a gente faz todos os dias.

E agora eu procuro compartilhar esse conhecimento com mais pessoas. É o que eu faço todos os dias no meu perfil no Instagram, respondendo dúvidas, dando dicas e esclarecendo uma série de coisas sobre esse tema. E é por isso também que eu decidi gravar essa aula, para poder ajudar você a se vestir melhor e a fazer melhores escolhas, conscientes, de acordo com o que você deseja passar para o mundo.

Então, neste ponto agora, eu paro a introdução para te dar boas-vindas e dizer

que eu estou muito feliz de você estar aqui. Eu espero que você goste dessa aula, aproveite esse conhecimento todo e possa aplicar na sua vida.

A aula de hoje é sobre como montar looks harmonizados com a sua imagem a partir do contraste pessoal. Por que eu escolhi esse tema? A gente tem um monte de temas relacionados a esse assunto de vestimenta pessoal, tem tecidos, cores, caimento, formato de corpos, enfim, muita coisa.

Mas, com o conhecimento acerca do contraste pessoal, já é possível modificar enormemente a forma de montar looks, e o contraste pessoal é algo que você pode descobrir sozinha sobre si. Então, é um assunto que, depois dessa aula, você já vai poder aplicar diretamente na sua vida, sem gastar dinheiro, sem contratar um profissional no assunto. O objetivo é dar uma que fosse imediatamente aplicável.

Vamos começar entrar no assunto? Vamos lá.

# O QUE É CONTRASTE

O Contraste é o grau marcante de diferença ou oposição entre coisas da mesma natureza, suscetíveis de comparação.

Como assim?

Pegue duas coisas que você pode comparar, essas duas coisas vão ter um grau de diferença, um grau marcante de diferença, esse é o contraste.

Por exemplo, uma tela de televisão grande e uma pequena, uma pessoa alta e uma pessoa baixa, uma roupa clara e uma roupa escura, um tecido liso e um tecido áspero.

Pegamos então as duas coisas que podem ser comparadas e vemos a diferença entre elas, assim chegamos ao grau de contraste que elas têm.

# O QUE É CONTRASTE PESSOAL

Mas então o que é contraste pessoal?

Quando falamos em contraste pessoal, relacionado a consultoria de imagem e estilo, relacionado a vestimenta, estamos sempre referindo ao claro e escuro que temos em nosso rosto. Nossa face tem nuances, tonalidades, cores mais escuras. Então, o contraste pessoal consiste no grau de diferença de profundidade, quando falamos de profundidade, estamos falando de claro-escuro que temos entre as cores dos olhos, cabelos, sobrancelhas e pele. Ele pode ser, alto, médio ou baixo.

Por exemplo, a moça da imagem tem um cabelo escuro, uma pele mais clara e um olho intermediário. Então, quando falamos de contraste pessoal, estamos querendo falar sobre a diferença de claro-escuro que temos no rosto.

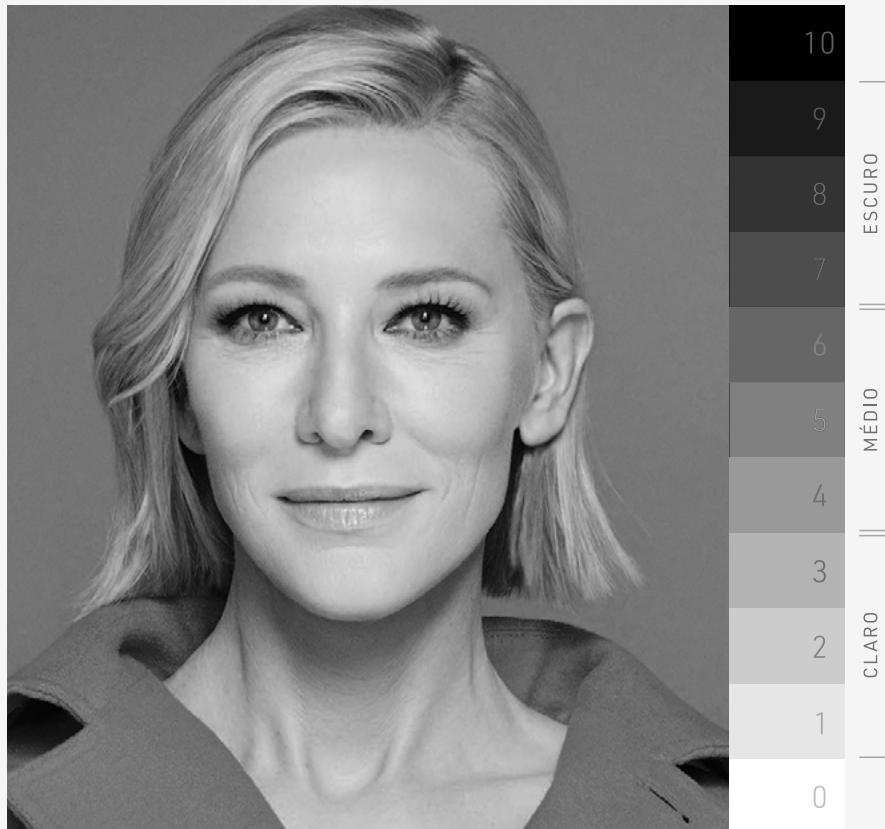
Vamos entender primeiro, o que é contraste e os tipos de contraste, para depois entender por que é importante saber disso.



# TIPOS DE CONTRASTE

# BAIXO CONTRASTE

**CLARO**  
**INTERVALO 1-3**



Como eu falei, os contrastes podem ser, alto, médio ou baixo.

Eu sempre gosto de dar esse exemplo da Cate Blanchett, primeiro porque eu acho ela linda, e ela é baixíssimo contraste. Nós temos uma pele clara, cabelo claro e olhos claros.

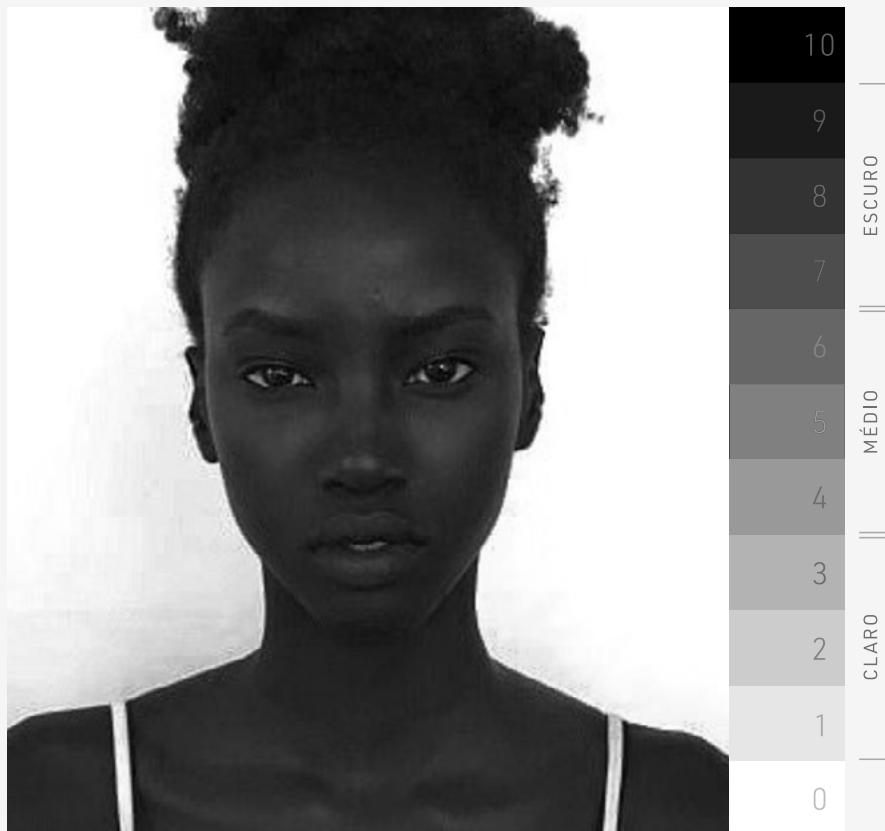
Pegamos então a escala de cinza e uma foto em preto e branco dela e vamos tentar classificar o intervalo de claro-escuro que ela tem.

Se é um intervalo pequeno, a gente tem um baixo contraste, se é um intervalo grande, temos um alto contraste, se é um intervalo intermediário, temos um médio contraste.

Nesta imagem temos uma pele no 1, e algumas nuances do cabelo e dos olhos que batem lá no 3, temos que desconsiderar que, obviamente, ela está maquiada, então não vamos levar em consideração isso. O intervalo dela é bem pequeno, por isso, baixo contraste.

# BAIXO CONTRASTE

**ESCURO**  
**INTERVALO 8-10**



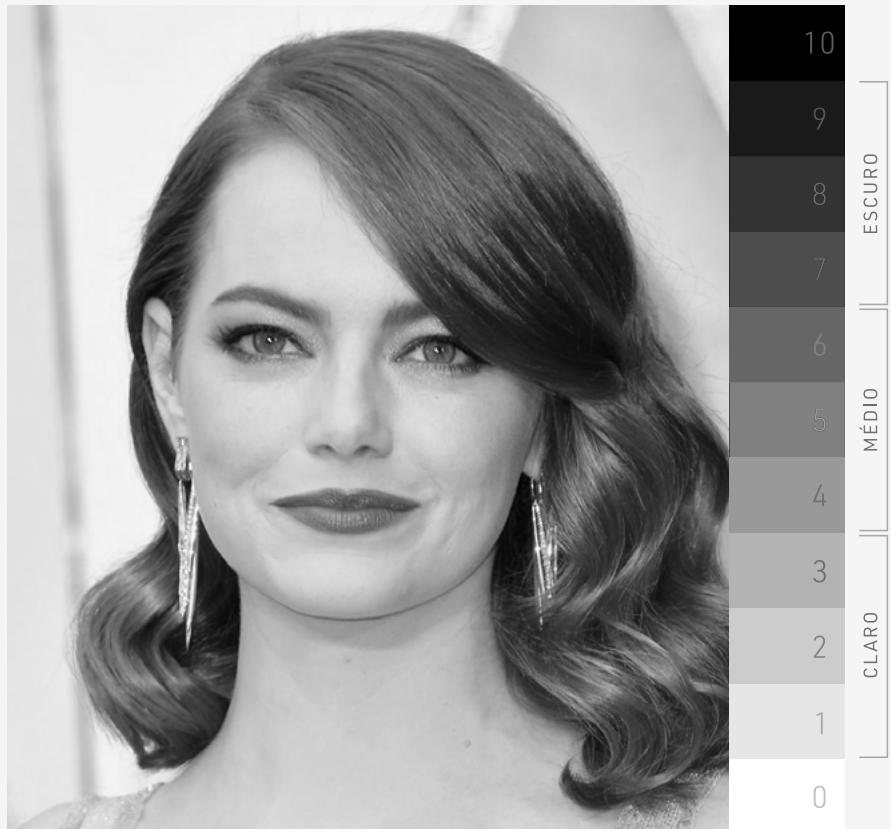
Outro exemplo de baixo contraste é a modelo Anok Yai.

Temos um cabelo bem escuro que bate no 10 e uma pele bem escura que bate no 8, o branco dos olhos daqui a gente desconsidera, porque é uma proporção tão pequena do rosto que não chega a criar um contraste grande.

Temos que levar em consideração partes maiores do rosto. A gente aqui tem um exemplo de baixo contraste, escuro.

# MÉDIO CONTRASTE

**CLARO**  
**INTERVALO 1-6**

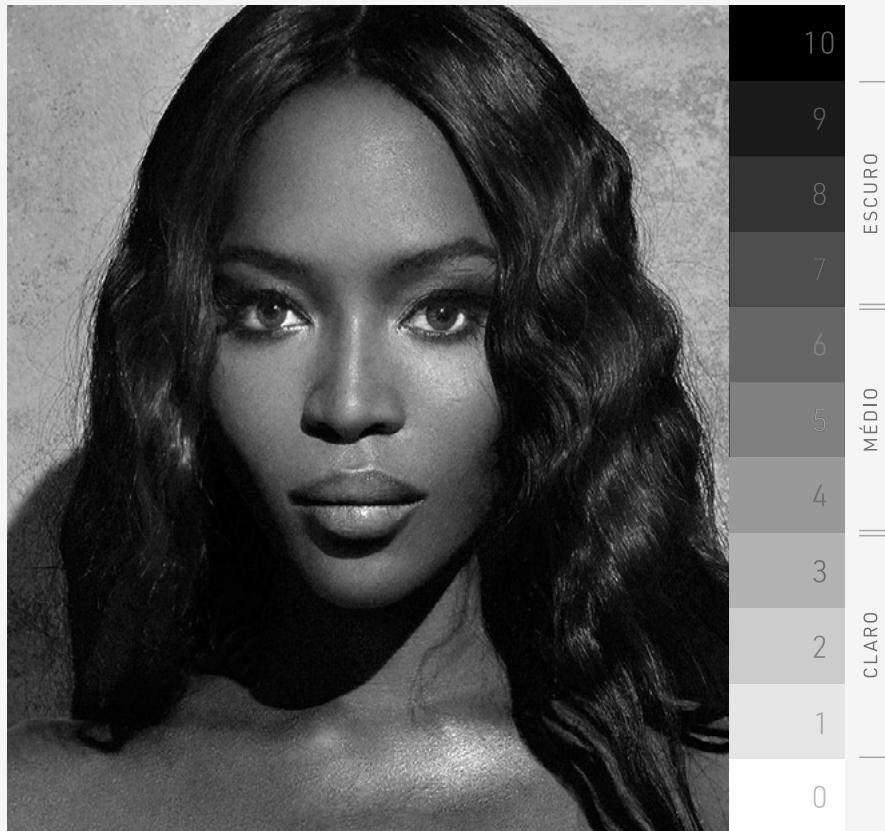


Aqui temos tem a atriz Emma Stone, que é um exemplo de médio contraste claro. Claro por quê? Por que a pele dela está no 1 e tem nuances do cabelo que batem no 6.

No cabelo temos algumas partes intermediárias, mas se você pegar a parte mais escura deste conjunto vai bater no 6, e a parte mais clara do conjunto vai bater no 1, então temos este intervalo de 1 a 6, médio.

# MÉDIO CONTRASTE

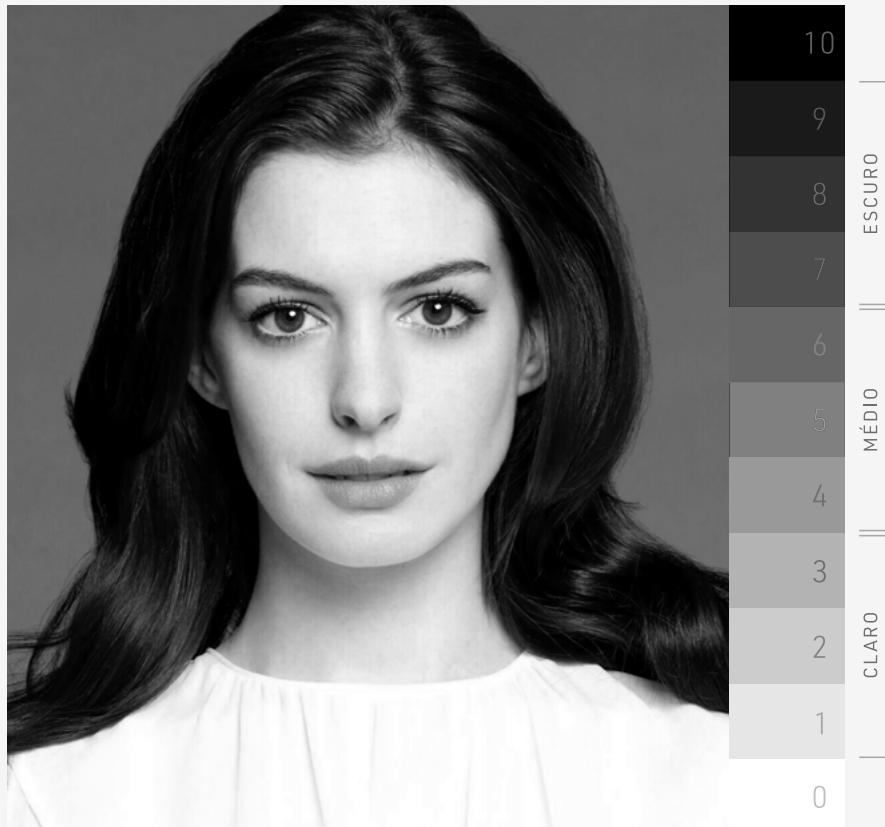
**ESCURO**  
**INTERVALO 5-10**



Aqui temos a Namomi Campbell que é um exemplo de médio contraste escuro, por quê? Por que o cabelo bate no 10 e a pele no 5.

Precisamos lembrar que é uma foto da internet, existem partes que estão mais iluminadas e que parecem mais claras, então desconsideramos essa iluminação estourada e avaliamos o intervalo que é de 5 a 10, um médio contraste escuro.

# ALTO CONTRASTE



INTERVALO 1-10

E aqui temos a Anne Hathaway, um exemplo de altíssimo contraste.

Por quê? A pele dela está no 1 e o cabelo está no 10. Temos também um olho bem escuro e talvez 9 na sobrancelha. Mas se observarmos no todo o intervalo mais alto é 1a 10.

Tem um intervalo bem grande. É um altíssimo contraste.

# POR QUE É **IMPORTANTE** SABER O PRÓPRIO CONTRASTE PESSOAL?

Então, entendemos o que é contraste pessoal e entendemos que tem alto, médio e baixo, certo?

Mas por que é importante saber o próprio contraste pessoal? Agora vamos entrar no: Por que eu tenho que saber essa informação? Vamos lá, vamos construir um raciocínio.

Ao saber o próprio contraste pessoal é possível escolher conscientemente composições que deixem a imagem harmônica ou não, conforme seja o objetivo desejado. Eu sempre falo que, se vestir e se comunicar, não é? Vestir uma roupa é uma segunda pele, você está ali passando quem você é, é comunicação. Se você não sabe o que está comunicando, você pode estar comunicando errado.

O contraste pessoal é o responsável pela montagem harmônica de um look. Então, se você sabe seu contraste, você vai saber montar um look harmônico ou desarmônico. Essa é a grande importância de saber o contraste pessoal.

Vou repetir, você vai poder montar um look harmônico ou um look desarmônico.

# O QUE É HARMONIA VISUAL

Eu trouxe mais um conceito para você, qual? O conceito de harmonia. Tá, mas o que é Harmonia visual? Vamos lá, harmonia tem origem no grego e indica concordância, consonância, ausência de conflitos.

Quando se fala em harmonia visual, o que estou querendo dizer é que existe uma consonância, uma concordância, entre os elementos que estão sendo vistos. Quais elementos? Cores, tamanhos, forma, volume, eles estão consonantes, em harmonia, em outras palavras, há um equilíbrio entre os elementos que compõem a imagem que se aprecia. E esse equilíbrio produz uma sensação agradável, uma sensação de prazer.

O ser humano, durante a evolução, se deparou com várias situações. Imagine que antigamente na floresta, tínhamos que estar atentos, não é? Aos animais que podiam aparecer e aos perigos. Então, quando o ser humano estava numa situação de harmonia, enquanto os elementos visuais estavam em consonância, ou seja, estavam uma tranquilidade na floresta, o ser humano estava com a sensação de paz, uma sensação agradável, de tranquilidade. Imagine ele lá, na casinha dele, o ventinho batendo nas árvores e tá tudo tranquilo, existe uma harmonia, e essa harmonia transmite.

Mas imagina agora que, de repente, alguma coisa não está no lugar, alguma coisa aconteceu, e ali aquela imagem, aquela harmonia foi quebrada. Suponhamos que um urso que aparece de repente, e vai quebrando os galhos das árvores e cria uma desarmonia naquela imagem. O nosso cérebro, antes de nos darmos conta do que estamos vendo, rapidamente percebe aquilo, e essa desarmonia cria uma sensação impactante, uma sensação de desagrado, uma sensação de chamar atenção. Isso é uma coisa que acontece no nosso cérebro, queira a gente ou não, veio da evolução.

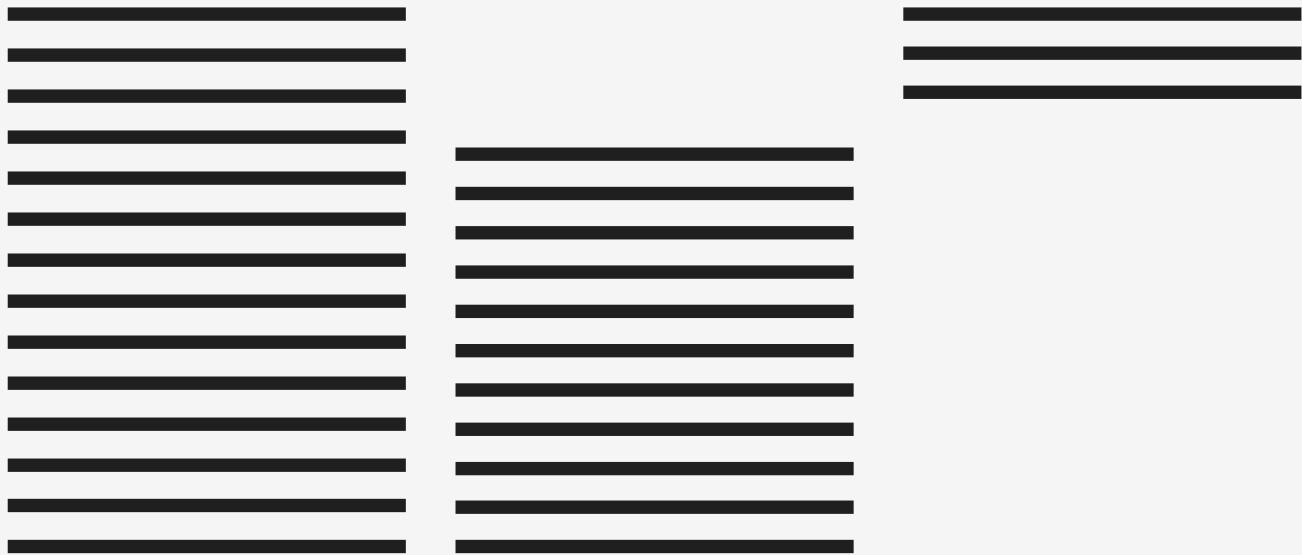
Então, quando a gente fala sobre harmonia, estamos transmitindo essas sensações agradáveis de prazer e tranquilidade. Quando tem desarmonia, transmitimos impacto, chama nossa atenção para aquela coisa desarmônica.

Então, se o contraste pessoal é responsável por orientar montagem do look harmônico ou não, é extremamente importante. Se eu monto um look harmônico, eu vou transmitir tranquilidade, vai ser um look agradável de se ver, mas pode ser que eu não queira transmitir isso também, e tudo bem. Não tem problema! Eu posso estar querendo chamar atenção e causar um impacto, e eu posso estar querendo montar um look desarmônico.

Mas eu só vou saber fazer isso de uma forma consciente, ou seja, eu só vou conseguir montar um look harmônico agradável ou desarmônico, mais impactante, se eu souber como eu monto um e outro.

Intuitivamente, pela experiência, pela consequência da montagem dos meus looks, saber mais ou menos quais reações eu causo. Mas somente se eu entender como funciona essa montagem de looks a partir do contraste pessoal é que eu conscientemente vou saber fazer essa harmonia ou essa desarmonia.

Então vamos fazer a junção desses dois conceitos para entender como é que o contraste vai montar um look harmônico ou desarmônico.

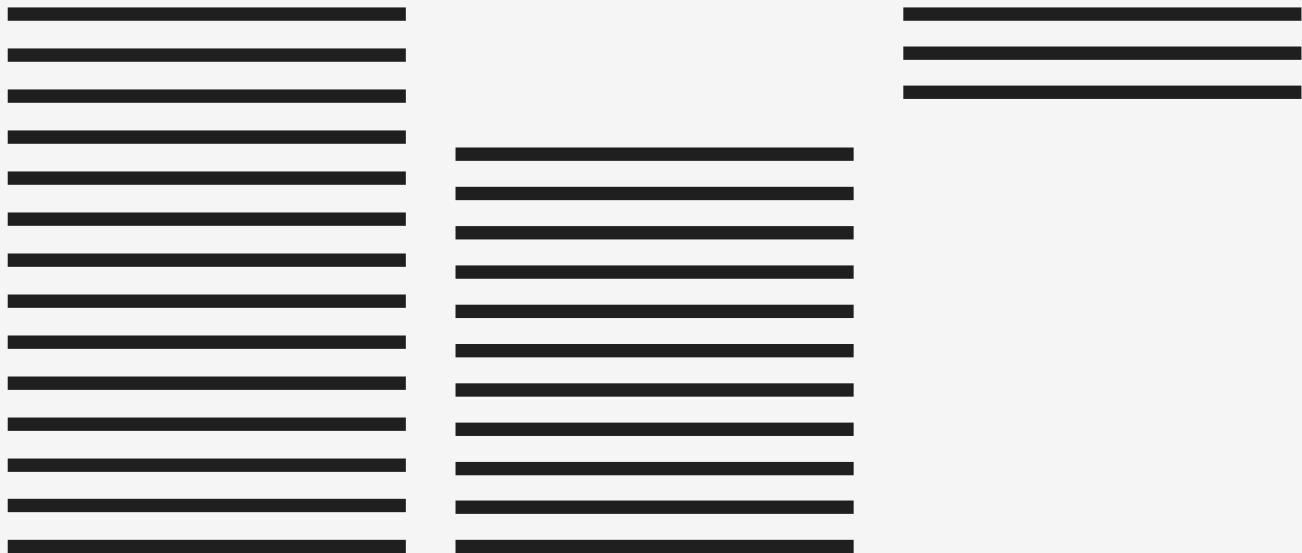


Vamos fazer um pequeno exercício.

Concentre só nessa nessa primeira coluna, se você observar de cima a baixo, há de convir comigo existe uma harmonia, Certo? Por quê? Por que temos preto e branco, preto e branco, preto e branco, seguimos tendo preto e branco, preto e branco, preto e branco, existe uma uniformidade. Quando o nosso olhar percorre essa coluna, não tem nenhuma quebra visual, tem uma uniformidade, tem um equilíbrio, há uma repetição de padrões. Mas o que nós temos aqui também? Contraste. Preto e branco, preto e branco, preto e branco, nós temos um contraste que se repete, e com essa repetição, nós temos uma harmonia.

Se passarmos para a segunda coluna temos branco, branco, branco, branco, preto e branco, preto e branco, preto e branco. A gente não tem a mesma repetição que temos na primeira. Tudo bem que a parte preta e branca é grande, mas quando consideramos o todo, tem uma desarmonia, o seu olho não percorre o todo de forma harmônica, você não enxerga equilíbrio.

E a mesma coisa nesta terceira coluna, você vê preto e branco, preto e branco, e branco, branco, branco. Então, se a gente considera esta coluna como um todo, existe uma de desarmonia também.



Agora faça o seguinte:

Imagine que esta segunda coluna é o corpo da Cate Blanchett. Lembra que ela tem baixo contraste? O intervalo de cor de claro-escuro que ela tem no rosto é 1-3, muito baixo, vamos considerar que fosse tão baixo que você mal percebesse. Imagina que a parte branca é a cabeça da Kate Blanchet e a parte listrada é o corpo dela. Essa cabeça branca com esse corpo preto e branco acontece quando a Cate Blanchett ,que tem baixo contraste, resolve colocar uma roupa de alto contraste, ela cria uma desarmonia no look dela, uma desarmonia na imagem dela.

Agora imagina que a terceira coluna é a Anne Hathaway. Lembra que ela é alto contraste? Então imagine que esta menor parte listrada é a cabeça dela e a parte branca o seu corpo. Temos então uma cabeça preta e branca, porque ela tem a pele branca, e o cabelo bem escuro, e imagine agora que ela põe uma roupa toda branca. Quando ela faz isso monta um look desarmônico, não tem equilíbrio e não há repetição de padrões.

Está entendendo? Quando você entende o que é contraste e o seu contraste pessoal, você comprehende que vai ter looks harmônicos quando você repete o seu contraste pessoal e looks desarmônicos, quando você não repete o seu contraste pessoal.

# É NECESSÁRIO TER **SEMPRE** HARMONIA VISUAL?

Então vamos lá, é necessário ter sempre Harmonia? Não.

Lembra que eu expliquei que harmonia é uma coisa boa? Nossa cérebro gosta de harmonia, nosso olho gosta de harmonia. Mas apesar da harmonia trazer uma sensação agradável, nem sempre é isso que a gente quer passar. Então, não é necessário ter sempre harmonia.

Montaremos uma imagem harmônica ou desarmônica, um look harmônico ou desarmônico, e equilibraremos ou não o nosso contraste, a depender da mensagem que a gente quer passar.

Por exemplo, o estilo dramático, que é um dos 7 estilos universais, gosta de impacto, uma das prioridades do estilo dramático é trazer o impacto. O impacto é criado quando você tem desarmonia. Então, você pode optar por criar um look desarmônico, porque o objetivo é impactar e chamar atenção.



A Victoria Beckham é um exemplo de estilo dramático. Nesta imagem ela tem um médio contraste, apesar de não ter a pele tão clara, ela ficaria no médio médio contraste na escala de cinza e então ela optou por um look todo branco. Este look da imagem fica bem claro que não tem Harmonia, é um look desarmônico, impactante, dramático.

Tudo bem, ela não está equilibrando o seu contraste, porque não é o objetivo dela, entendeu? Mas ela só pode fazer isso conscientemente se ela entende como criar uma desarmonia e um look e desarmônico. E também se ela entende o próprio contraste.

# CONTRASTE NA PRÁTICA

# BAIXO CONTRASTE CLARO



Vamos aos exemplos de contraste na prática. Que é exatamente para ajudar a aplicar essa informação no dia a dia de vocês.

Na imagem acima temos uma pessoa que tem baixo contraste claro. Ela tem uma pele clara, um cabelo claro, um olho claro, ou seja, tem baixo contraste. Temos a imagem da roupa que ela escolheu em cor e ao lado preto e branco.

Se a gente considerar a parte de cima, notamos que está equilibrado, não é? Então, apesar do branco ser obviamente mais claro que a pele dela, você vê que não tem uma diferença tão grande de claro-escuro, que se equilibra com ela. Só lembrando que nada vai ser exatamente perfeito, não tem como você pegar uma roupa que ao colocar em preto e vai dar exatamente a tonalidade da sua pele e a do seu cabelo dos seus olhos, obviamente que não, mas vemos que aqui temos um pequeno intervalo que equilibra com ela, não é discrepante, mas a calça ficou um pouco escura, escura demais. Então quando você olha o look no seu todo, vemos que a calça desequilibrou, não acompanhou esse contraste.

# BAIXO CONTRASTE CLARO



Temos então a Cate Blanchett, que tem um baixo contraste. Ela colocou uma roupa super escura e uma camisa branca. Quando olhamos, tanto o contraste da roupa com a pele dela já é grande, quanto o contraste da roupa em si é muito grande, o look é bem desequilibrado, bem desarmônico. Porque não reproduz o contraste pessoal dela.

# BAIXO CONTRASTE ESCURO



Aqui temos um baixo contraste escuro, as diferenças de tonalidade de claro-escuro do rosto é pequena e, quando vemos a roupa, percebemos que a blusa também não contrastou muito com ela, e nem com a própria calça, não tem um contraste grande aqui. Um baixo contraste entre as duas peças e um baixo contraste entre a blusa e a pele da modelo, nós temos um look está equilibrado e harmônico.

# BAIXO CONTRASTE ESCURO



Já ela tem pouca diferença de claro-escuro no rosto e pôs uma roupa super clara, ainda que a roupa em si tem um baixo contraste, contrasta demais com a pele dela.

Então, isso é importante você ter em mente. Que é importante considerar, não só o look em si, ou seja, as próprias peças da roupa em interação umas com as, quanto o contraste da roupa com a sua pele. Então são duas coisas que tem que equilibrar.

A blusa com a calça não contrasta muito, é uma roupa que não contrasta muito entre si, mas que contrasta demais com a pele dela, não tem harmonia. Porque você não vê escuro, escuro, escuro, escuro, escuro, escuro, escuro, você vê claro, claro, então tem uma cisão na imagem, uma cisão no olhar, quando o olho percorre a imagem não vê algum uniforme e equilibrado.

# MÉDIO CONTRASTE CLARO



Aqui a gente tem uma roupa que não tem muito contraste entre si, mas que contrasta demais com a pele dela, não tem harmonia. Porque você não vê escuro, escuro, escuro, escuro, escuro, escuro, escuro, você vê claro, claro, então tem uma cisão na imagem, uma cisão no olhar quando o olho percorre a imagem ele não vê algum uniforme e equilibrado.

# MÉDIO CONTRASTE CLARO



Nesta, apesar de ser loira, é um loiro bem escuro, quase castanho, e quando colocamos na escala, percebe-se que a pele com a roupa está mais ou menos igual, mas faltou um elemento escuro no meio da roupa, para que fosse reproduzido este contraste.

Essa é uma imagem que é desarmônica.

# MÉDIO CONTRASTE ESCURO



Aqui a gente tem um claro-escuro e um claro-escuro. Tudo bem que a calça ficou um pouco mais clara que a pele, mas ainda assim não foge tanto do claro escuro que a gente vê aqui, eu diria que não está o mais equilibrado dos looks, mas está passável.

O que a gente tem que pensar é que dá para a gente andar um pouquinho para lá um pouquinho para cá dentro dos limites do nosso próprio contraste pessoal porque nada vai ser muito exato.

# MÉDIO CONTRASTE ESCURO



Mas aqui temos novamente um exemplo de um médio contraste e este contraste da roupa não reproduz, porque ficou baixo demais. Então o contraste da roupa é baixo e faz um alto contraste com a pele dela. Quando você olha a imagem preto e branco você não vê todas as tonalidades de cinza do rosto reproduzidas no look, não chega nem perto, você tem uma imagem cindida.

# ALTO CONTRASTE



Aqui temos um alto contraste no rosto, e a roupa escura faz um contraste com a pele dela, então este contraste faz com a pele dela equilibra.

Você poderia até me dizer assim: *Ah! Mas não precisaria de um claro aqui no meio?* Seria interessante, mas como a roupa faz contraste com a pele já é suficiente, então já acaba tornando o look equilibrado.

Mas, vamos supor que tivesse um cinto claro aqui ou uma terceira peça ou mesmo uma bolsa clara, você teria um look equilibrado também, porque você teria claro-escuro no corpo e claro-escuro no rosto.

E é exatamente isso que você tem que fazer ao montar o seu look, se você quer obviamente um look harmonico e equilibrado. Você vai entender o próprio contraste e tentar reproduzir considerando a tonalidade clara-escura da roupa e o conjunto que você vai escolher.

# ALTO CONTRASTE



Enquanto na anterior uma roupa escura contrastou com a pele clara e o cabelo escuro. Nesta outra temos um alto contraste e uma roupa toda branca, não tem equilíbrio e nem harmonia.

É o mesmo caso da Victoria Beckham, alto contraste na cabeça e um corpo todo branco, não tem harmonia, é um look desarmônico. Mas pode ser um look interessante, se houver objetivo de impacto e de chamar atenção.

# COMO DESCOBIR O SEU CONTRASTE?

## 1º PASSO

Tire uma selfie, sem maquiagem em um lugar bem iluminado e de preferência com fundo claro. Essa minha foto não atende exata este passo, porque eu estou maquiada. Mas temos um fundo razoavelmente claro, é uma foto bem iluminada. É importante que você possa ver os claros e escuros do seu rosto.



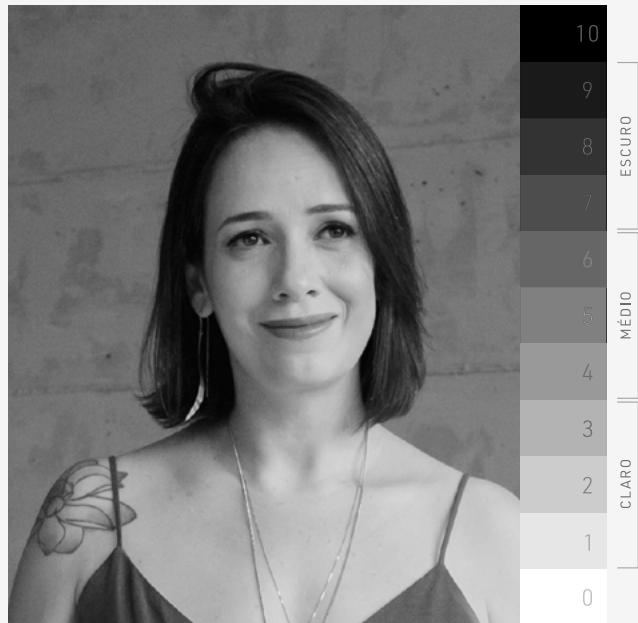
## 2º PASSO

Colocar numa escala de preto e branco porque para analisar o contraste é preciso que a foto esteja sem cor.



## 3º PASSO

Analise onde a pele fica, onde o cabelo fica e com base nessa tabela avalie o seu intervalo para entender o seu contraste. A partir daí você vai poder escolher roupas que reproduzem esse contraste, se você quiser um que harmônico, ou que não reproduzam esse contrastem se você não quiser um look harmônico.



**BAIXO CONTRASTE** - Até 3 casas

**MÉDIO CONTRASTE** - De 4 a 6 casas

**ALTO CONTRASTE** - Mais de 6 casas

## FAÇA O TESTE!

Baixe o **PDF interativo** com a escala e descubra o seu contraste. Basta acessar clicando no botão abaixo ou no o link:  
[pricarrano.com.br/material-contraste](http://pricarrano.com.br/material-contraste)

**CLIQUE AQUI PARA BAIXAR**



Tome cuidado na hora de tirar foto porque às vezes a câmera dá uma estourada falsa na pele a pele parece muito mais claro do que realmente é. Então, calibre direito a câmera para tirar uma foto que seja mais fidedigna as tonalidades da sua pele e do seu cabelo.



# TRUQUES PARA EQUILIBRAR O CONTRASTE

Por fim, vou te ensinar alguns truques para equilibrar o contraste.

Depois de tudo que te expliquei você pode estar pensando: *Ah! Então eu sou clara e só posso usar roupa clara? Mas eu quero usar uma roupa escura e eu não queria passar uma imagem desarmônica.*

Vamos supor que você queira passar uma imagem harmônica, mas você quer usar uma cor que não vai harmonizar. Tem jeito de equilibrar? Tem jeito da gente tentar equilibrar. Isso quer dizer que Cate Blanchett e Naomi Watts nunca vão poder usar um vestido preto? Absolutamente não. Veja o exemplo da Naomi:



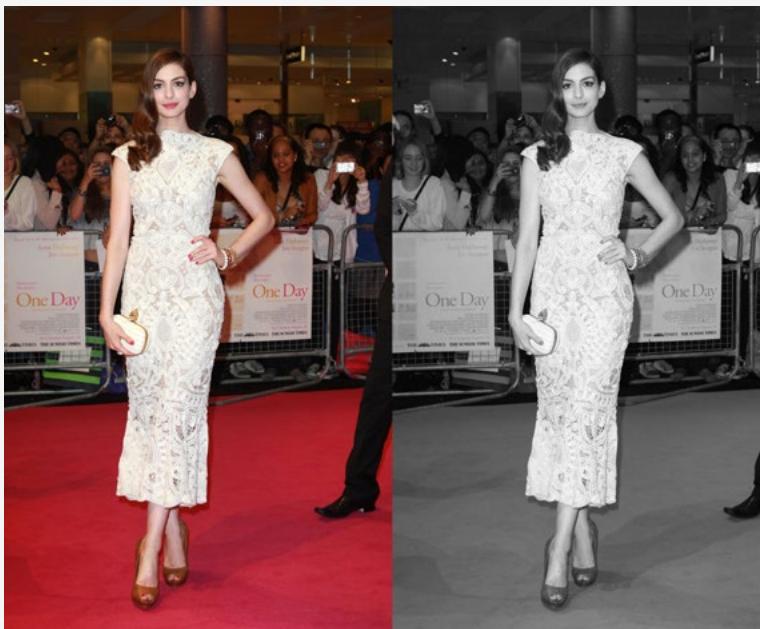
Lembra das colunas com listras preto e branco? O que temos aqui? Temos uma pessoa que é quase um branco completo e aí vem com um pretão. Então a gente tem um rosto branco-branco e um corpo que está preto e branco, considerando aquelas listras, seria aquela imagem do rosto branco e do corpo preto e branco, ainda que não seja listrada, não precisa ser listrado. O importante é você considerar o corpo, e no corpo tem contraste, no rosto praticamente não.

Como é que ela tentou equilibrar? Colocou um pretinho no olho, uma maquiagem bem escura nos olhos. Então, quando você olha, percebe que está mais escuro, e eu teria colocado um batom escuro, porque aí eu criaria mais claro-escuro no rosto e equilibraria com o claro-escuro do corpo. Apesar de não ser uma parte tão grande do rosto, mas ajudaria a criar um claro-escuro no rosto que equilibra mais ainda a imagem.



Aqui temos a Anne Hathaway que tem claro-escuro no rosto e um vestido quase todo branco que ficaria desequilibrado se não fossem os pontos pretos, para ajudar ainda mais, ela prendeu o cabelo, então a gente tem quase as mesmas proporções de claro-escuro no rosto e de claro-escuro no corpo, aqui temos equilibrio.

Na imagem preto e branco, temos o claro-escuro quase que nas mesmas tonalidades, lógico que o branco na roupa sempre vai ser mais branco. Essa imagem corresponderia aquela coluna de listras preto e branco, preto e branco, preto e branco, preto e branco.



Já nesta outra não tem equilíbrio, temos preto e branco na cabeça (ou claro-escuro) e então claro, claro, claro, claro, claro, claro, aqui que a gente tem uma imagem cindida.

Nosso olhar não percorre com uniformidade o todo, há um desequilíbrio, há uma cisão na imagem, há uma desarmonia,

há um impacto, não é agradável, não transmite tranquilidade e paz. Mas, pode ser o objetivo da imagem que ela quer passar.

Como é que eu posso, por exemplo, tendo contraste equilibrar um vestido claro? Muita gente tem essa dúvida em relação a vestido de noiva, mas vamos pegar novamente a Anne como exemplo.



No caso deste vestido claro. Como ela pode fazer para atenuar? A Naomi Watts ela pintou os olhos de preto para trazer o equilíbrio com o preto de baixo, o truque foi trazer o contraste para o rosto. Mas como é que eu vou tirar o contraste do meu rosto? Primeiro não fazendo uma maquiagem forte, como a Naomi fez, e sim fazendo uma maquiagem bem leve, nada de marcar olho preto, nada de

batom escuro, faça uma make que atenue o contraste.

Outra coisa que ela poderia fazer, e não fez aqui, seria puxar os cabelos para trás, deixar uma pequeníssima porção de cabelo amostra. Quando você puxa o cabelo para trás e prende, você diminui a proporção de cabelo que fica evidente. Quando faz isso, diminui o escuro que faz o contraste com o rosto, então fica menos marcante. Essa franja obviamente ficou demais, então temos um look desequilibrado, mas talvez se ela tivesse colocado o cabelo para trás, a gente ia ter uma porção menor de cabelo e teria ajudado mais.

Outra coisa que ela poderia fazer seria, por exemplo, colocar um cintinho escuro. Então, se ela tivesse com cabelo para trás, uma porção pequena de cabelo amostra e colocasse um cintinho, teríamos uma imagem harmônica.

# PARA FINALIZAR

Recapitulando, se você tem baixo contraste e vai usar uma roupa com contraste, você vai trazer na maquiagem o contraste, com o olho preto e com batom escuro. Mas se você tem contraste e vai usar uma roupa sem contraste, você vai atenuar o contraste do seu rosto, prendendo o cabelo ou puxando para trás e fazendo uma maquiagem leve e se possível trazendo algum elemento escuro na roupa.

Eu já sugeri, algumas vezes, usar o vestido de noiva com uma faxinha escura para dar um leve equilíbrio. Agora, se o objetivo é impacto, esqueçam esses truques e apenas usem uma roupa que não harmonize com seu contraste.

É isso que eu tinha para falar para vocês, que na verdade foi muita coisa, muito conteúdo. Se ficou alguma dúvida, eu abro a caixa de perguntas sempre nos Stories todos os dias e será um prazer ajudar a tirar suas dúvidas.

Foi um prazer dar essa aula e poder compartilhar esse conhecimento que eu adquiri. Espero que você possa aplicar o conteúdo dessa aula no seu dia a dia, seja para montar o look harmônico, seja para montar o look desarmônico. Mas, acima de tudo, se vestido com consciência, sabendo fazer as escolhas, saindo do piloto automático. Não agindo mais intuitivamente, agindo conscientemente, transmitindo a mensagem que se quer.





**PRI CARRANO** é casada com o Germano, tem um filho de dois anos, o Teodoro, uma filha de 4 meses, a Martina. Apesar de sua primeira formação ser jurídica, o interesse pela moda a levou a trilhar novos caminhos. Criou o site Miss Owl para escrever sobre moda e se dedicou à formação pessoal na área. Dentre outros, concluiu os cursos de Personal Stylist na London College of Fashion, de Fashion Stylist no Fashion Institute of Technology – FITNYC, de Formação em Coloração Pessoal com Luciana Ulrich, de Estilo com Aysha Correa e de Psicologia da Auto-imagem na Ecole Supérieure de Relooking. Também se dedica a estudos em Psicologia e foi aluna de Italo Marsili. Atualmente, oferece serviços diferenciados de consultoria de imagem e estilo. Além disso, produz conteúdo em seu perfil @pricarrano no Instagram.

[ACESSE O MEU SITE](#)



[ME SIGA NO INSTAGRAM](#)