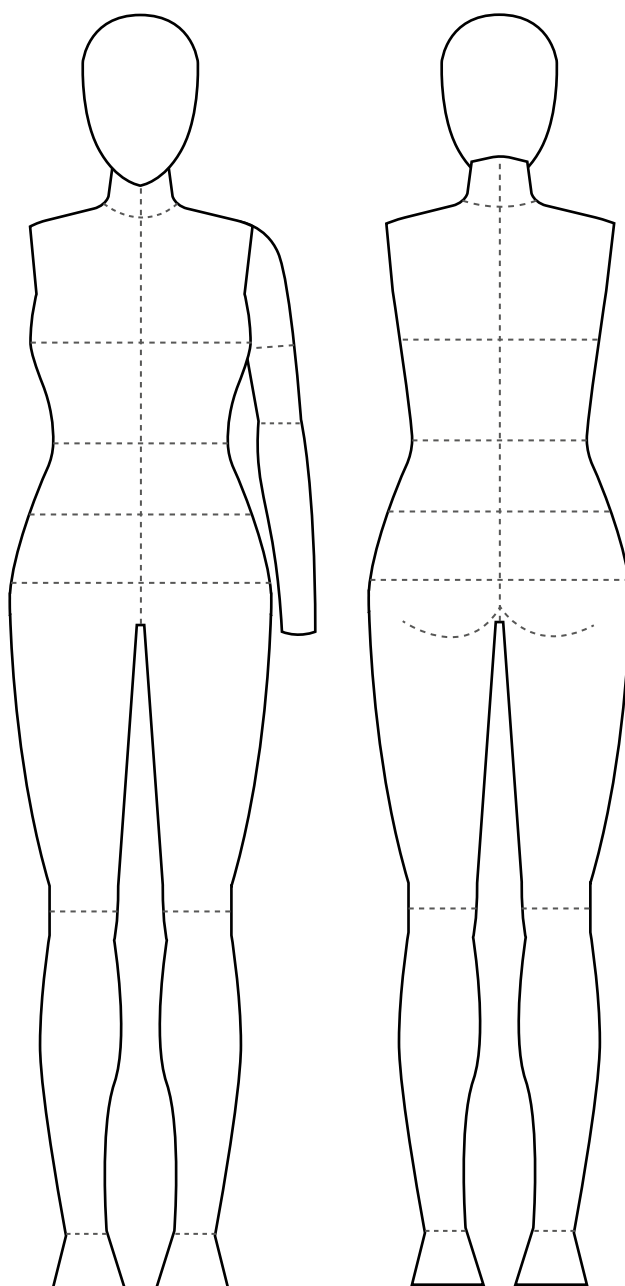




## TABLA DE TALLES

+ INSTRUCCIONES PARA  
TOMAR TUS MEDIDAS



# ¡Hola!

Aquí vas a encontrar todas las medidas de la Tabla de Talles Copycat, más las instrucciones de cómo tomar tus propias medidas y reconocer tu talle.

## ¿Cómo sé cuál es mi talle?

Para saber qué talle de prenda te conviene cortar, te recomiendo pedir ayuda a alguien en tu casa para medirte utilizando un centímetro (si son dos mejor, sino no importa) y un espejo. Luego, buscá tus medidas en nuestra tabla e identificá el talle que más se parece a vos.

## ¿Qué hago si mis medidas no coinciden con ningún talle de la tabla?

Si hay algo que aprendí de tantos años de estudio del cuerpo humano, es que ningún cuerpo es igual al otro y todos mantienen proporciones asombrosamente similares. ¿Cómo? ¿diferentes pero iguales? Sí, la maravilla del cuerpo humano es que todos son bastante semejantes y levemente diferentes al mismo tiempo. **Y eso es lo que hace a tu cuerpo único.**

¿Por qué hago incapié en esto? Porque mi duda es: si tu cuerpo es maravillosamente único ¿por qué intentar ceñirlo a un talle o tabla de medidas estándar? ¿Porqué catalogarlo o etiquetarlo?

Creo firmemente que lejos de tratar de encajar en un patrón genérico, debemos buscar nuestras diferencias y resaltarlas. ¡Es por eso que amo la costura! además de ser un oficio (o un hobby, depende qué parte de tu vida ocupe) y una actividad que fomenta el autoconocimiento (por ende la auto aceptación) también es un himno a la individualidad.

Te propongo entonces que tomes tus medidas siguiendo este instructivo y luego **marques con un círculo las medidas en la tabla de talles que más se parecen a las tuyas**. El resultado puede ser que todas tus medidas coincidan con un solo talle, o que estén repartidas en uno o más talles (como en mi caso). Este ejercicio va a permitir que entiendas la forma de tu cuerpo de una manera muy rápida y visual.

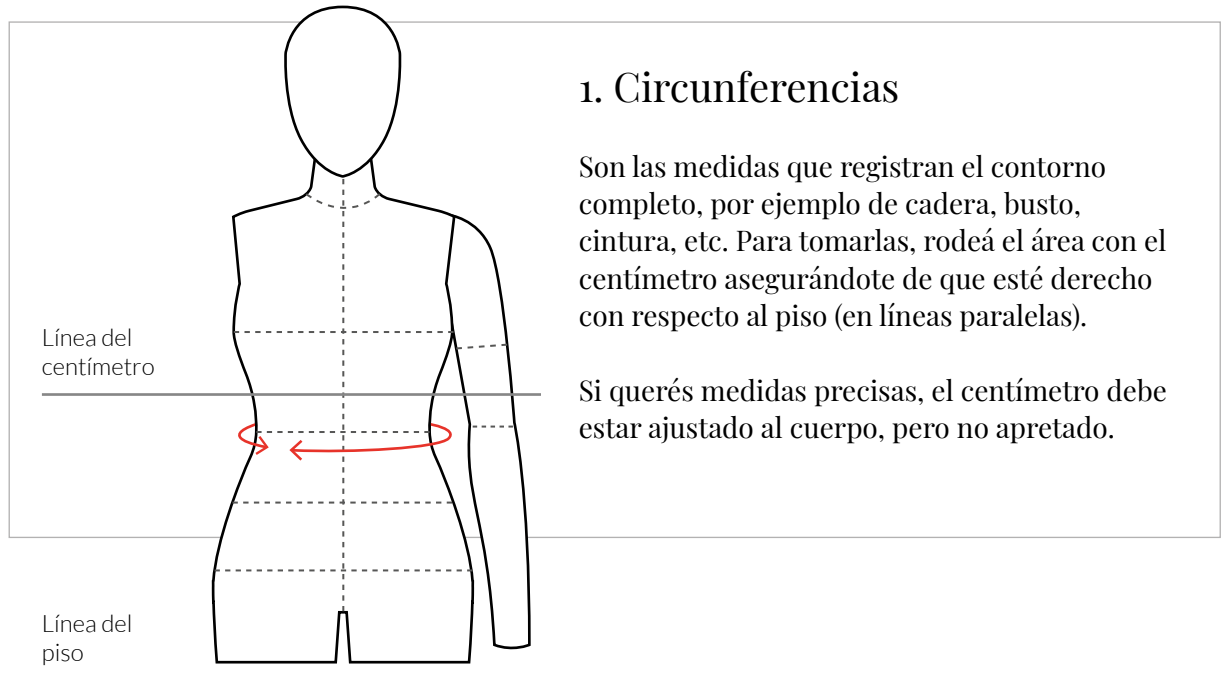
Te cuento mi caso: mis medidas son talle M y en algunas (como alto y circunferencia de cuello) soy talle S. Peeeero, mi cadera es talle L de LATINA :) Cuando me di cuenta de este mix en la forma de mi cuerpo, mi costura mejoró increíblemente. ¿Por qué? Porque dibujo o calco los moldes siempre comenzando en los hombros en un talle S para ir yendo suavemente hacia el M (o a veces al L, dependiendo la marca del molde) hacia la cadera. El resultado es un patrón ni talle S, ni talle M, ni talle L, sino talle FLO.

## Ejemplo del Talle Flo, sobre una tabla de medidas estándar

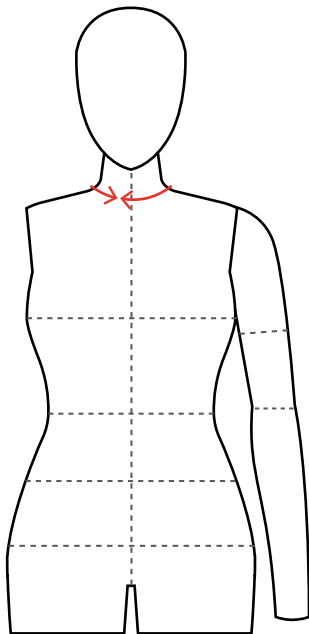
| TALLE                     | XS | S   | M   | L   | XL  |
|---------------------------|----|-----|-----|-----|-----|
| Circunferencia de Busto   | 86 | 90  | 94  | 98  | 102 |
| Circunferencia de Cintura | 69 | 73  | 77  | 81  | 85  |
| Circunferencia de Cadera  | 94 | 98  | 102 | 106 | 110 |
| Altura de pantalón        | 99 | 100 | 100 | 101 | 101 |
| Largo de manga            | 58 | 58  | 59  | 59  | 60  |
| Circunferencia de cuello  | 35 | 36  | 37  | 38  | 39  |
| Talle (alto del torso)    | 41 | 42  | 43  | 44  | 45  |

## ¡Vamos a tomar tus medidas!

Nuestra tabla está dividida en tres clases de medidas: circunferencias, anchos y altos. Aquí encontrarás un gráfico mostrando dónde y cómo tomar la medida. Además, agregué un casillero para que vayas anotando cada dato.



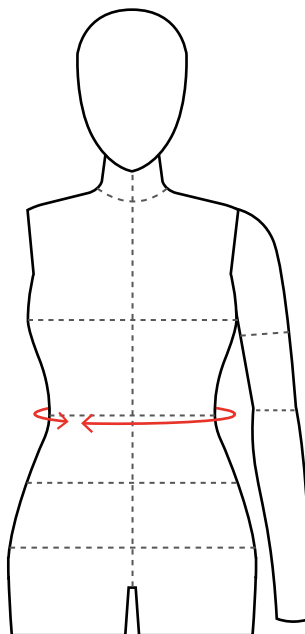
### 1. Contorno de cuello



La circunferencia de tu cuello, alrededor de la base.

Total:

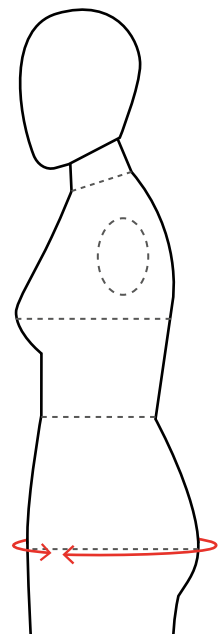
### 2. Contorno de cintura



La circunferencia de la parte más angosta de tu cintura.

Total:

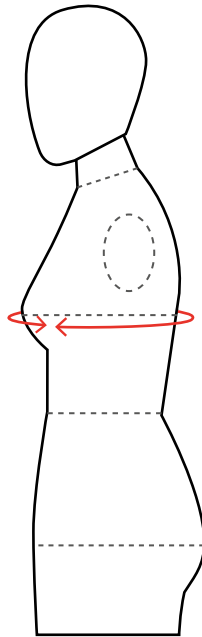
### 3. Contorno de cadera



La circunferencia de la cadera, a la altura más sobresaliente.

Total:

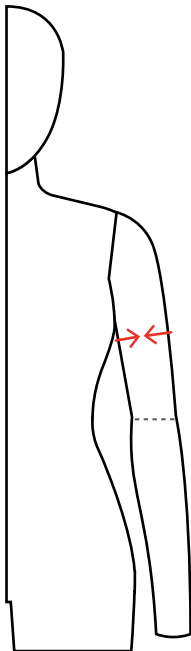
#### 4. Contorno de Busto



La circunferencia de tu busto, alrededor de la parte más prominente.

Total:

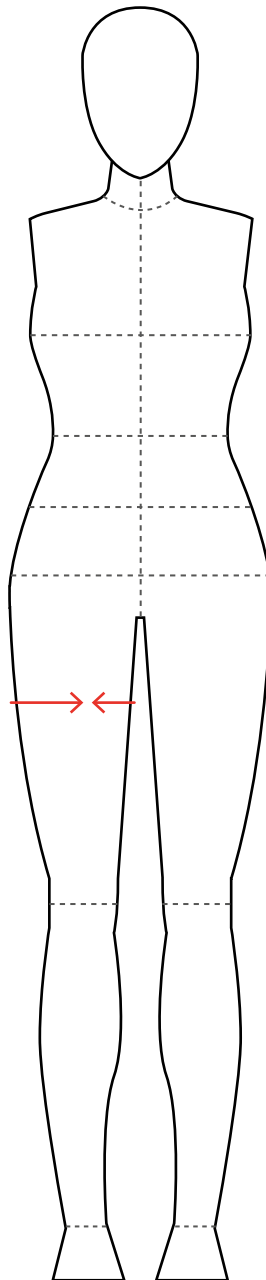
#### 5. Contorno de brazo



La circunferencia de la parte media del brazo.

Total:

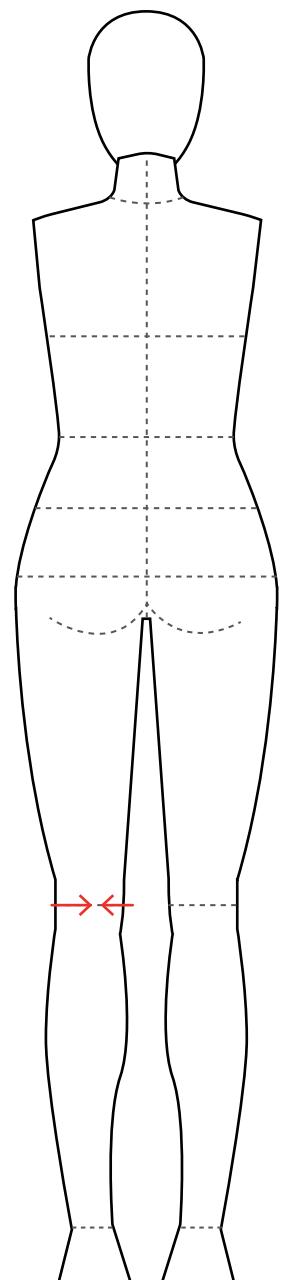
#### 6. Contorno de muslo



La circunferencia del muslo, en su parte media o más ancha.

Total:

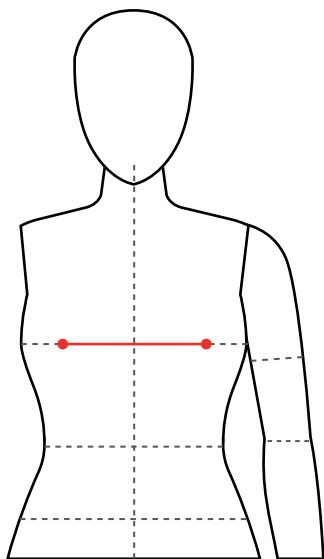
#### 7. Contorno de rodilla



La circunferencia de la rodilla en su parte media o más ancha.

Total:

## 8. Ancho de Busto



Es la distancia entre los puntos más sobresalientes del busto.

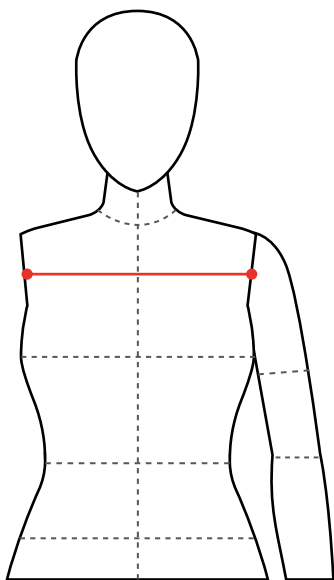
Total:

## 2. Anchos

Son las medidas que registran una distancia recta entre dos puntos, en el sentido horizontal del cuerpo.

Si querés medidas precisas, el centímetro debe estar en línea recta. En este caso también podés usar una regla larga o una cinta métrica de carpintería.

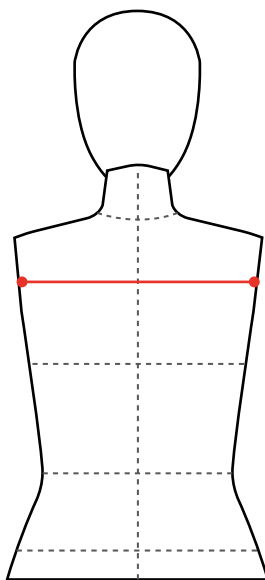
## 9. Ancho de Pecho



Es la distancia entre hombros, a la altura donde comienza la costura de manga.

Total:

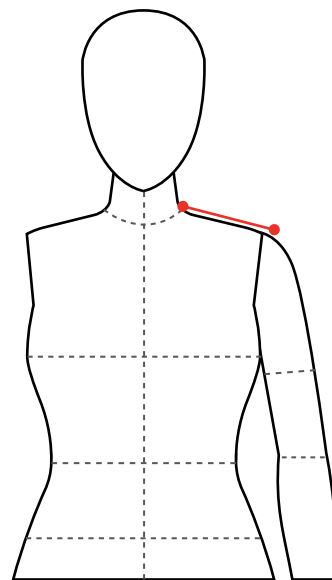
## 10. Ancho de Espalda



Es la distancia entre hombros, del lado de la espalda.

Total:

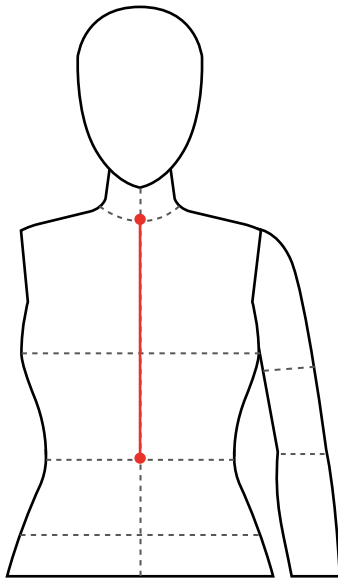
## 11. Ancho de Hombro



El el ancho del hombro tomado desde la base del cuello hasta donde comienza el brazo.

Total:

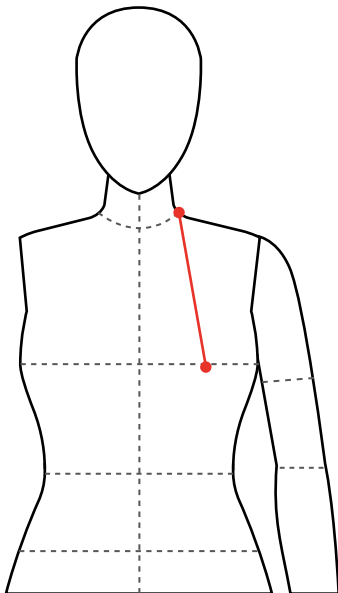
### 12. Alto de Cintura



Es la distancia entre el centro de la base del cuello y la línea de cintura.

Total:

### 13. Alto de Busto



Es la distancia entre la unión de base de cuello y hombro, hasta el centro del busto.

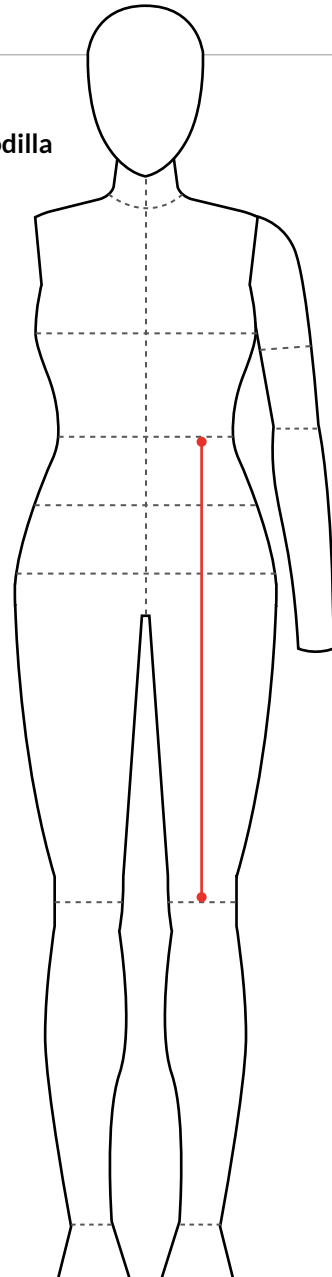
Total:

## 3. Altos

Por último, los altos las medidas que registran una distancia recta entre dos puntos, en el sentido vertical del cuerpo.

Si querés medidas precisas, el centímetro debe estar en línea recta, a 90 grados del piso.

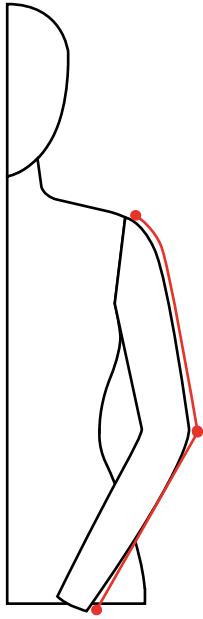
### 14. Alto de Rodilla



Es la distancia entre la línea de cintura y el centro de la rodilla.

Total:

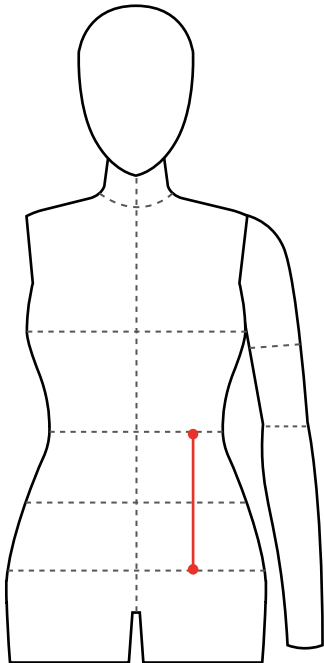
### 15. Largo del Brazo



Es la distancia entre el hombro y la muñeca. Se toma con el centímetro pegado al lado exterior del brazo, pasando por la redondez del codo.

Total:

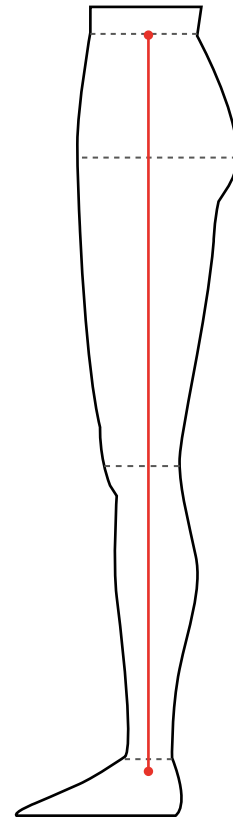
### 16. Alto de Cadera



Es la distancia entre la línea de cintura y la línea de cadera.

Total:

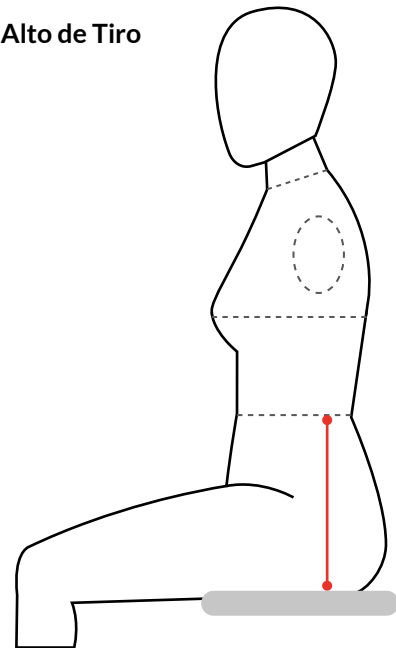
### 17. Largo de Pierna



Es la distancia entre la línea de cintura y la línea del tobillo, tomada con el centímetro pegado al costado del cuerpo.

Total:

### 18. Alto de Tiro



Es la distancia entre la línea de cintura el asiento.

Total:

## Tabla de talles y medidas Copycat, en centímetros

Esta tabla es la base para todos los moldes que descargues de nuestro sitio.

|                        |                     | <b>XS / 38</b> | <b>S / 40</b> | <b>M / 42</b> | <b>L / 44</b> | <b>XL / 46</b> |
|------------------------|---------------------|----------------|---------------|---------------|---------------|----------------|
| <b>CIRCUNFERENCIAS</b> | Contorno de Cuello  | 35             | 36            | 37            | 38            | 39             |
|                        | Contorno de Cintura | 69             | 73            | 77            | 81            | 85             |
|                        | Contorno de Cadera  | 94             | 98            | 102           | 106           | 110            |
|                        | Contorno de Busto   | 86             | 90            | 94            | 98            | 102            |
|                        | Contorno de Brazo   | 30             | 31            | 32            | 34            | 36             |
|                        | Contorno de Muslo   | 56,25          | 57,5          | 58,75         | 61            | 63,25          |
|                        | Contorno de Rodilla | 34             | 35,4          | 36,8          | 38,2          | 39,6           |
| <b>ANCHOS</b>          | Ancho de Busto      | 18,8           | 19,7          | 20,6          | 21,5          | 22,4           |
|                        | Ancho de Pecho      | 37,5           | 38,25         | 38,5          | 38,75         | 39,5           |
|                        | Ancho de Espalda    | 33,5           | 34,5          | 35,5          | 36,5          | 37,5           |
|                        | Ancho de Hombro     | 11,5           | 12            | 12,5          | 13            | 13,5           |
| <b>ALTOS</b>           | Alto de Cintura     | 34,5           | 35            | 35,25         | 35,5          | 35,75          |
|                        | Alto de Busto       | 25,5           | 25,75         | 26            | 26,75         | 27,75          |
|                        | Alto de Rodilla     | 57             | 57,5          | 58            | 58,5          | 59             |
|                        | Largo de Brazo      | 58             | 58            | 59            | 59            | 60             |
|                        | Alto de Cadera      | 20,3           | 20,6          | 20,9          | 21,2          | 21,5           |
|                        | Largo de Pierna     | 99             | 100           | 100           | 101           | 101            |
|                        | Alto de Tiro        | 27,3           | 28            | 28,7          | 29,4          | 30,1           |