
Vestuario para TV

1. **Trata siempre de averiguar de qué color es el set o el fondo** del lugar en donde tendrá lugar la entrevista para escoger los colores de tu vestuario en un color que contraste. En caso de no haber manera de saberlo con antelación, llévate algún conjunto o camisa extra por si acaso tu elección no conjuga bien con el set o no te favorece en cámara.
2. **Elige colores que te sienten bien**, especialmente los que vayas a llevar cerca de tu cara. Los colores pastel, morados, lilas y marrones son buena elección. El azul es uno de los mejores colores y el más seguro para televisión. El verde es arriesgado, especialmente porque actualmente se usa mucho la pantalla o los fondos verdes.
3. **Cuidado con el negro.** En general, tendemos a pensar que el negro es el color seguro y el que, además, estiliza, dato importante si tenemos en cuenta que la cámara suele añadir unos kilitos. Pero a través del lente de la cámara, el negro absorbe mucha luz, de modo que, si lo llevas cerca de tu cara, puede acentuar ojeras y arrugas, además de quitarte luminosidad y hacer que tu tez se vea cetrina y cansada. Si tienes que llevar negro obligatoriamente, trata de ponerte una pashmina o un pañuelo de un color que te favorezca e ilumine (o una pieza de joyería o bisutería), o de que la blusa o el vestido estén lo más lejos de la cara posible, cuidando que el escote no sea inapropiado. Sin embargo, no hay problema si quieres llevar el color negro o colores muy oscuros en la parte inferior del cuerpo, en pantalones o falda.
4. **Evita el blanco** porque tiende a dominar la pantalla, igual que los colores neón o colores muy brillantes (que además suelen hacer que la tela se vea de peor calidad). Una mejor opción es escoger blanco roto, beige, gris claro o colores pastel.
5. **Evita el rojo muy brillante o naranja.** El rojo tiende a verse naranja o anaranjado en cámara, y además de añadir visualmente algunos kilitos, acentuará cualquier huella de cansancio en tu cara. Es mejor que escojas o bien rojos vino o corales (dependiendo de qué colores te queden mejor).
6. **No uses estampados** como pata de gallo, cuadros, tartanes, y muy especialmente rayas. Las rayas muy grandes y gruesas distraen y las finas bailan en la pantalla, se mueven y pueden incluso marear al espectador. Los colores lisos son tu mejor opción. Y en caso de querer llevar un estampado, que sea en colores mates, opacos y muy discreto.

7. **Usa joyería DISCRETA** en especial con los pendientes. Los collares pueden ser una buena opción que añadan color o contraste a un conjunto, pero asegúrate de que no sea ruidoso o demasiado brillante, que despidan destellos o refleje. Ten especial cuidado de que el collar no vaya tocando el micrófono cuando hables o te muevas porque ello provocaría un ruido muy desagradable. Por la misma razón, no lleves más de un brazalete en el mismo brazo. El único sonido que quieres que se oiga durante tu entrevista es el de tu voz. Cualquier otro sonido, distraerá del mensaje que tienes tan gran oportunidad de dar.
8. **Pruébate la ropa que hayas escogido el día anterior** o unos días antes de la entrevista o de la aparición en público y asegúrate de que te queda bien, que está perfectamente limpia y planchada, que no hay bastillas caídas o falta algún botón.
9. **Traje de hombre.** Por encima de cualquier otro color, escoge un traje azul marino y combinalo con una camisa en un tono pastel, muy claro. Asegúrate de que el puño de la camisa sobresale alrededor de 2.5cm de la manga de la americana o chaqueta. Y de usar siempre calcetines largos, ejecutivos, para que no muestres tu pierna en caso de que las cruces durante la entrevista.
10. **Si escoges usar falda o vestido,** te recomiendo que sea de un solo color para que te veas más profesional además de más alta y más delgada, pues vestir de un solo color (monoblock o monocromático) hará que no se interrumpa horizontalmente tu silueta, apareciendo visualmente con algunos centímetros de más y algunos kilitos de menos. En cuanto al largo, siéntate en una silla frente a un espejo y comprueba que el largo de la falda sigue siendo apropiado y estás cómoda. Lo último que deseas en una situación importante es estar más pendiente del largo de tu falda o vestido más que de lo que quieres decir.
11. **Estilo.** No es un día para lucir el último grito a menos que te dediques al mundo de la moda o del espectáculo. Sobriedad y discreción deben ser las notas que guíen tu elección, aunque ello no significa que debas ir de negro (ya lo hemos visto anteriormente) o que lleves cualquier cosa aburrida. Si bien es cierto que no quieres que el público se centre en lo que llevas sino en lo que dices, también es cierto que el público juzgará tu apariencia para determinar si lo que dices tiene más o menos interés para ellos.
12. **Peinado, maquillaje y gafas.** Si es posible, acude a la peluquería antes de la entrevista para que el pelo se vea perfectamente cortado y peinado. No hagas experimentos y trates nuevos estilos, pues puedes arriesgarte a que no te guste y no estar cómodo o cómoda con tu nuevo look. En cuanto al maquillaje, es importante tanto para mujeres como para hombres, pues las luces y las cámaras provocan brillos indeseados y que te veas pálido enfermizo. Si usas gafas, asegúrate de que los cristales son anti reflectantes para evitar destellos y reflejos provocados por los lentes de la cámara o los focos del set o del escenario.