



3 passos per saber la teva talla de sostenidors perfecta



Per a moltes persones l'adolescència és sinònim de sostenidors (entre mil coses més). Sembla un tema fàcil, però no sempre ho és! T'has d'acostumar a portar-ne i has de provar fins a trobar els que et queden millor i et fan sentir més còmoda.

Has de saber que escollir un sostenidors "a ull" té riscos per a la salut del teixit mamari i també pot provocar problemes d'esquena i posturals. És per això que és importantíssim que trobis els que s'ajustin millor a tu sense que t'apretin, ja que els aros i teixits massa ajustats et poden molestar provocant-te dolor, ferides i inflamació.

Aquests 3 passos a seguir t'ajudaran molt!

```
[playbuzz](function(d,s,id){var js,fjs=d.getElementsByTagName(s)[0];if(d.getElementById(id))return;js=d.createElement(s);js.id=i d;js.src='https://embed.ex.co/sdk.js';fjs.parentNode.insertBefore(js,fjs);}(document,'script','playbuz z-sdk'));
```

[/playbuzz]

Recull de consells de la revista Harper's Bazaar i imatges de Moderna de Pueblo per la marca DIM.

