

Imagen Profesional

RECOMENDACIONES GENERALES

Seguramente has escuchado la expresión popular; “Una imagen vale más que mil palabras”. Los que estamos en este proceso de búsqueda de empleo, debemos tomar esta premisa como una excelente ejemplificación de las dinámicas laborales. Carme Ramis, profesora de Psicología de la Universidad de las Islas Baleares (UIB) señala que, solo se cuenta con 4 minutos para forjar la imagen de una persona. Es importante señalar que el aspecto de imagen profesional, no solo es para el momento de entrevista. También el mismo es de vital importancia al momento de entregar un resumé o del ejercicio de explorar en persona oportunidades de empleo en una agencia.

Información para lograr con éxito esa barrera de tiempo y crear una buena impresión

Cuidado Personal

Presta atención a tus manos. Las mismas deben mostrar unas uñas recortadas, de un largo apropiado y discreto. El uso de esmaltes de uñas de colores no vistosos. Mantener una imagen de buena higiene, entre ellos el uso adecuado de desodorante y aromas moderados. De contar con vello facial, su barba debe estar recortada y ofrecer un aspecto de cuidado. Lleve el cabello limpio y bien peinado. De desear utilizar algún pasador, se recomienda que sea uno pequeño y de tonalidad sobria.

Decidiendo que vestir

Al momento de la vestimenta profesional existen dentro de la dinámica laboral unos llamados básicos. A continuación, te mencionamos esos elementos de vestimenta que debes considerar al momento de seleccionar tu atuendo profesional.

- Faldas de corte recto a la rodilla (negro, azul oscuro o tonalidades grises)
- Pantalón holgado, no teñido a la silueta del cuerpo (negro, azul oscuro o tonalidades grises)
- Materiales recomendados para los elementos como faldas y pantalones, la combinación de rayón y algodón
- Camisas con manga (puede ser manga corta, $\frac{3}{4}$ o manga larga)
- Zapatos limpios y cerrados (negro, tonalidad café)
- De utilizar tacones, deben tener una altura no mayor de 2 pulgadas
- Su ropa debe estar limpia y planchada; sin estrujar

Accesorios

“Menos es más”, es una frase que debemos recordar al momento de seleccionar los accesorios que llevaremos en ese día de la entrevista. Es considerado accesorio a todo elemento fuera de la vestimenta, que resalte la apariencia. Es importante, mantener una imagen neutral. Para ello recomendamos, el uso de relojes de colores neutros (dorado, plateado, negro o café). De usar pulsera que sea pegada al brazo. El uso de un solo anillo en una sola mano. Corbatas, de colores enteros (negro, colores cafés, grises, azules o de líneas). Correa para los caballeros, ya que siempre su camisa deberá de ir por dentro. Las pantallas deben de ser recatadas.

Elementos que debemos evitar

Uso de ropa con escotes o transparencia. Uso de faldas cortas (por encima de la rodilla), uso de mahones o *leggings*. Uso de *t-shirts*, camisas playeras o de material promocional. Accesorios llamativos. Pantalones cortos, tenis o calzado deportivos. Evite el uso de ropa ceñida a su estructura de cuerpo. Uso de bolsos u artículos promocionales.