

## CÓMO TOMAR LAS MEDIDAS?

Por favor siga estas instrucciones cuidadosamente y determine la talla correcta para los diferentes estilos y productos.

Las medidas podrán siempre ser tomadas en el siguiente orden y conforme sea posible después de despertar cuando la inflamación sea mínima.

### Tobimedia Punta abierta/cerrada

- 1 Medir la circunferencia del tobillo en la parte más angosta del tobillo, por encima del hueso del tobillo. Usar la tabla de tallas adecuadamente para determinar si el tobillo es chico, mediano, grande o extragrande. **Nota: Esta podría ser su primera medida.**
- 2 Medir la circunferencia de la pantorrilla en la parte mas amplia de la misma.
- 3 Determinar **la longitud de la pantorrilla** midiendo desde el piso hasta la curva de la rodilla. Esta medida es tomada por afuera de la pantorrilla

### Pantimedia y Media al Muslo punta abierta y cerrada

- 1 Medir la circunferencia del tobillo en la parte mas angosta del tobillo, por encima del hueso del tobillo. Usar la tabla de tallas adecuadamente para determinar si el tobillo es chico, mediano, grande o extragrande. **Nota: Esta podría ser su primera medida.**
- 2 Medir la circunferencia de la pantorrilla en la parte mas amplia de la misma.
- 3 Omitir el paso 3 (previamente descrito en el estilo de Tobimedia o calcetín)
- 4 Medir el muslo en circunferencia más amplia.
- 5 Determinar el **Largo de pierna** midiendo desde el suelo hacia arriba hasta el pliegue del glúteo.



1 Circunferencia de tobillo midiendo la parte más angosta



2 Circunferencia de pantorrilla midiendo la parte más amplia



3 Largo de pierna desde el suelo hasta el pliegue del glúteo



4 Circunferencia mas amplia del muslo.



5 Largo de pierna desde el suelo hasta el pliegue del gluteo.

### Guía General

- 1 Las medidas siempre deben ser tomadas lo más pronto posible después de levantarse cuando la inflamación es mínima.
- 2 Las medidas deben ser tomadas lo más próximo a la piel desnuda, no sobre la ropa.
- 3 El sistema de medida está basado en tener el pie plano contra el suelo y la pierna en un ángulo recto con el pie.
- 4 Las medidas deben ser tomadas jalando la cinta perfectamente alrededor de la pierna pero sin constricción.
- 5 Las medidas de longitud deben ser tomadas desde el suelo hacia arriba.