

# Maternidad y Moda: Verse bien para sentirse bien

De la mano de la celebración de una nueva edición de la *Semana de la moda en Nueva York*, donde las pasarelas marcan tendencias a nivel global, surge una reflexión distinta sobre el poder cotidiano de la moda. La diseñadora y especialista en crianza Mónica Aguilar propone mirar más allá de las luces del fashion week para preguntarse qué lugar ocupa la moda en la vida de una madre.

Creció en un hogar donde la estética y el cuidado personal tenían un valor propio: su madre, cada mañana, se levantaba temprano, se bañaba, se arreglaba y se maquillaba como si tuviera un compromiso importante y luego, con el delantal puesto, comenzaba con los quehaceres de la casa. Ese gesto repetido fue para Aguilar una enseñanza silenciosa: verse bien no era una obligación, sino una manera de recordarse a sí misma que también importaba. De su padre, decorador de interiores, heredó la creatividad y el ojo ecléctico para combinar lo que “no combina” y transformarlo en estilo, impronta que la llevó a estudiar diseño de modas, un camino que más tarde se cruzaría con la maternidad y la crianza. Hoy, su mirada une ambos mundos: “Combinar piezas y crear un estilo único es también un reflejo de cómo mezclamos nuestras facetas de mujeres y madres”, sostiene.



Uno de los desafíos que Aguilar señala es cómo la maternidad suele desplazar el cuerpo y el tiempo propio a un segundo plano. En ese contexto, el espejo puede transformarse en un juez cruel que recuerda lo que “ya no es”. Para ella, el desafío es resignificarlo: convertirlo en un aliado que nos recuerde quiénes somos más allá de la maternidad. “Vestirse con intención no es vanidad: es presencia. Es recordarnos que también importamos”, afirma. Un color que ilumina, un accesorio que conecta con nuestra esencia o una prenda que sostiene la identidad son pequeños actos de autocuidado que, según Mónica, tienen un efecto directo en el ánimo y en la seguridad que transmiten las madres a sus hijos.

En tiempos en los que las pasarelas imponen ritmos vertiginosos, Aguilar apuesta a una moda consciente en la maternidad. No se trata de perseguir tendencias efímeras, sino de encontrar un equilibrio entre comodidad y estilo. Un pantalón que facilita la lactancia, un vestido que acompaña el movimiento o unos tenis que permitan correr detrás de los niños sin perder elegancia son ejemplos de esa fusión posible. “La moda en la maternidad no se trata de tendencias sino de aprender a mezclar comodidad y estilo”, señala. Para ella, el estilo personal puede convertirse en un recurso emocional: cuando una madre se siente auténtica en su ropa, también se siente más disponible para cuidar y disfrutar de la crianza.

En una sociedad que sigue esperando que las madres se entreguen por completo, Mónica defiende el arreglo personal como un acto de resistencia y amor propio. “El autocuidado no es egoísmo: es el acto más revolucionario de una madre”, asegura. El gesto puede ser tan simple como pintarse los labios o elegir un atuendo que provoque una sonrisa frente al espejo. No se trata de ocultar la fatiga ni negar la realidad, sino de recordarse cada día que la maternidad no borra la esencia personal. “Nuestros hijos aprenden que el cuidado personal es parte de la vida cuando nos ven elegirlo cada día”, concluye.



En medio de una semana en la que la moda acapara los titulares internacionales, la propuesta de Mónica invita a mirar hacia adentro. La verdadera pasarela, sugiere, no siempre está en Nueva York: a veces se encuentra en el espejo de cada madre que decide vestirse para habitarse mejor.

## Acerca de Mónica Aguilar

Mónica es la creadora de *Bona Nit Petit*, una metodología de acompañamiento integral para madres y padres, con foco en el sueño infantil, la lactancia, el puerperio, la alimentación complementaria y la crianza respetuosa. Pero su historia no empieza en un aula ni en una consulta, sino en la soledad de una noche interminable, con su hijo menor en brazos, lejos de su país, sin tribu, sin manual y sin dormir.

Inmigrante y madre de tres hijos, Mónica vivió en carne propia los desafíos de la maternidad en un contexto desconocido. En ese caos, descubrió lo que muchas mujeres sienten pero pocas se animan a decir: que criar también puede doler, que el instinto necesita apoyo y que maternar sin red es demasiado para una sola persona.

De esa vivencia —profunda, intensa, transformadora— nació su vocación: brindar a otras madres lo que a ella le faltó. Acompañarlas con información actualizada y con una mirada empática y realista. Porque no se trata de hacerlo todo “perfecto”, sino de entender que cada familia es única y que hay muchas formas de criar bien.



información, respeto y libertad. Con *Bona Nit Petit*, Mónica creó no solo una marca, sino una comunidad. Un espacio donde las madres pueden contar lo que realmente les pasa, donde las preguntas no incomodan y donde se prioriza siempre el bienestar de toda la familia.

Hoy, desde su nueva tierra, Mónica acompaña a mujeres de distintas culturas y contextos, demostrando que la maternidad puede ser vivida con menos exigencia y más tribu, aun en la distancia. Su historia es la de muchas mujeres que transforman su dolor en propósito y su mensaje es claro: no estás sola y siempre se puede criar con amor y sin culpa.

Formada profesionalmente en múltiples disciplinas vinculadas a la primera infancia, Mónica ofrece asesorías individuales, charlas, talleres y grupos de acompañamiento. Su abordaje combina conocimientos técnicos con una comprensión profunda de las emociones que atraviesan la maternidad: el miedo, la culpa, el agotamiento, pero también la ternura, la fuerza y la enorme capacidad de transformación que implica traer un hijo al mundo.

Su enfoque se aleja de los modelos rígidos y propone una crianza con