

TENDENCIAS

La humillaron diciendo que era demasiado “grande”, pero ella lo convirtió en un cambio positivo

El Ciudadano · 6 de noviembre de 2015



 Portada Rosie

Por **Valentinne Rudolphy**

Rosie Mercado es una maquilladora y modelo. Durante años fue tras su carrera en lo segundo. Pero no tenía mucha suerte. Ninguna agencia quería firmarla, e

incluso le decían que “nunca iba a conseguir un contrato”. ¿La razón? Que **hace unos años Rosie pesaba 185 kilos**.

Ella seguía intentándolo y seguía con su vida. Estaba pasando por un mal momento, y su frustración le estaba ganando. Esta hermosa mujer encontró refugio en la comida y quería mantener eso. Pero a la vez, **estaba poniendo obstáculos en su carrera soñada**.



rosiemerc...
Las Vegas, Nevada

[View profile](#)



[View more on Instagram](#)

1,695 likes

rosiemercado

The most important journey you will take in your life will usually be the one of self transformation. Often, this is the scariest because it requires the greatest changes, in your life. [#transformation](#) [#latina](#) [#blessed](#) [#yesyoucan](#) ❤️

[View all 90 comments](#)

Add a comment...

“Toqué fondo hace unos 8 años, y comencé a ganar mucho peso. Mi hijo fue diagnosticado con una leve parálisis

cerebral, mi matrimonio se rompió en pedazos. Todo lo que podría haber pasado, pasó”.

Pero hubo un hecho en particular que hizo que Rosie quisiera cambiar. Una noche en un vuelo de Las Vegas a Nueva York, **la azafata del avión le dijo que debía comprar dos asientos.** Si ella no quería perder el vuelo, debía pagar el doble, pues no cabía en el espacio. Esa humillación fue la última que Rosie quería tolerar.



rosiemerc...
115K followers

[View profile](#)



[View more on Instagram](#)

965 likes

rosiemercado

thank you for the support ❤️
[@coconut_betty](#) with [@repostapp](#).
. . .

Weight loss motivation. Rosie Mercado x i
super love her

[View all 22 comments](#)

Add a comment...

Así decidió cambiar su alimentación y ejercitarse. **No quería tener más vergüenza de aparecer en público.** Estaba evitando ir al cine, asistir a

parques de diversión con sus hijos y más actividades. No estaba teniendo una buena vida. Y fue la mejor decisión que pudo haber tomado.

Desde el 2011 comenzó este desafío y ha tenido éxito. A la fecha ha bajado 91 kilos, y no se conforma. No por vanidad, sino por su salud. Debe mantener su estilo de vida proactivo y saludable para no ponerse en peligro.



rosiemerc...
Las Vegas, Nevada

[View profile](#)



[View more on Instagram](#)

1,692 likes

rosiemercado

What happens when you just embrace what is?! What happens when you are authentic?! You learn to let go and understand that there is always progress never perfection! The beauty standard of perfection does not exist! Why did I never put a bathing suit years ago onbecause I was always told that I was way too fat and now what about now! Well now I lost 200 pounds and now it's because I have some cellulite and stretch marks! When will it be ok to just be you?! NOW IS THE MOMENT! No more waiting! I keep working for progress and for transformation because I love the way I feel..... transformation happens in the soul! I realize you also have to enjoy the journey and be grateful that you

have a body that lets you enjoy those moments ...big or small with stretch marks, battle scars and cellulite! I am a woman and the only way to live is to live with authentic beauty! [#authenticbeauty](#) [#iloveme](#) [#befree](#) [#enjoynow](#) [#live](#) [#latina](#) [#letgo](#) [#embraceyourself](#)

[View all 83 comments](#)

[Add a comment...](#)

“Todo se reduce a hábitos saludables. Sí tengo un día de ‘trampa’, pero además de esa única comida, sólo consumo proteínas, carbohidratos sanos y nada de lácteos. Como muchos vegetales y tomo mucha agua”.

¿Y cuál es la mejor parte? **Logró firmar un contrato.** True Model Management decidió darle la bienvenida el 2014. Su hermoso rostro, sonrisa y confianza ya protagonizan una campaña. Su carrera nunca había estado mejor.

Quizás tuvo que sufrir una fea humillación para darse cuenta. Pero era el momento en que **debía dejar de sufrir, y comenzar a brillar**. Rosie debía salir ya del cascarón. Y de seguro las cosas seguirán tan buenas como hasta ahora.

Muchas marcas de ‘talla grande’ se interesan en ella. En poco tiempo su carrera soñada se consolidó, su salud mejoró y ahora está muy contenta con su cuerpo. ¡Un aplausos para estos ejemplos de superación!

Vía: <http://www.upsocl.com>

Fuente: [El Ciudadano](#)