

TENDENCIAS

Esta mujer cuenta cómo ha sido su experiencia tras un año sin depilarse

El Ciudadano · 30 de abril de 2017



i_am_morgie
Valparaíso Family YMCA

Seguir

863 Me gusta

2 sem

i_am_morgie Changed it up today and did some light lifting/swimming, but I definitely won't ever lift like I used to because it builds up too much tension in my body... but once in a while won't hurt:) I've learned you don't need to be a bodybuilder to build mass. I just had to take a progress shot because I was noticing my leg gains from just consistency doing jiu jitsu/muay thai/ calisthenics/ yoga:) All those karate kicks I've been doing have built my legs bigger/ thicker then when I was lifting weights.. I've noticed it takes longer to put on mass with just body weight movements, but you definitely do not need a gym or weights to build some serious muscle:) #fitness #spreadlove #progress #calisthenics #yogaeverydamnday #veganbodybuilding #strength #consistency #dedication #healthyliving #inspireothers #physique #workhard #lifestyle #fitfam #getfit #gains #eatright #shredded #plantbased

Inicia sesión para indicar que te gusta o comentar.

Los cánones de belleza femenina no solo estigmatizan sobre peso y talla, también sobre el vello corporal. La estadounidense Morgan Mikenas, con 67.000 seguidores en Instagram, donde sobre todo publica fotos haciendo ejercicio, dejó

de depilarse hace un año y desde hace meses comparte fotos donde visibiliza el vello de su cuerpo.



i_am_mo...
66.7K followers

[View profile](#)



[View more on Instagram](#)

2,030 likes

Add a comment...



i_am_mo...
66.7K followers

[View profile](#)



[View more on Instagram](#)

13,078 likes

Add a comment...

The link to this photo or video may be broken, or the post may have been removed.

[Visit Instagram](#)

En un vídeo en YouTube, colgado en marzo, Mikenas explica los motivos por los que lleva un año sin depilarse. Ya supera el millón de visionados. Comienza explicando que no pretende que todo el mundo deje de depilarse, sino que se trata de una opción. «Solo quiero inspirar a otras para que hagan lo que crean que es más cómodo para ellas», dice. Ella dejó de hacerlo, principalmente, por el tiempo que le quitaba, pero también por la sensación que le producía. “Cuando me depilo todo pincha, pica y es incómodo”, afirma. “Ahora me siento súper suave”.



También habla de las reacciones de algunas personas al ver sus piernas durante el último año, como la de unos niños a los que cuidaba. «Me decían cosas como ‘Dios, pareces un hombre’ o ‘¡no te has depilado!’», recuerda. «Esta es la reacción que tuvieron unos niños. ¿Qué conclusión podemos sacar, si es eso lo que les están enseñando?», se pregunta. Mikenas cuenta que comenzó a depilarse en el colegio, después de que unas niñas se rieran del vello en sus piernas.

«Si hubiera dejado de afeitarme en el pasado, apuesto a que me hubiera sentido sucia y avergonzada», añade. «Pero nunca más: Me encanta mi pelo. Me encanta mi vello corporal. Me encanta ser la versión más natural y más humana de mí misma».

The link to this photo or video may be broken, or the post may have been removed.

[Visit Instagram](#)

The link to this photo or video may be broken, or the post may have been removed.

[Visit Instagram](#)

Desde hace años, cada cierto tiempo viralizan historias de mujeres que no se depilan o muestran su vello en redes sociales para reivindicar su elección. De hecho, esta instagrammer utiliza el hashtag #BodyHairDontCare (el vello corporal no importa), usada por muchas más mujeres para normalizar el pelo en el cuerpo femenino. En España también ha habido acciones similares como #MiVelloMisNormas.

Fuente: [El Ciudadano](#)