

TENDENCIAS

Modelo XL compartió foto de su ‘antes y después’ dejando claro que prefiere sus curvas

El Ciudadano · 25 de septiembre de 2017



La'Tecia Thomas es una mujer australiana que hoy en día se luce como una aclamada modelo XL, no obstante, hace algunos años atrás lucía una delgada figura que mostraba a través de su cuenta de Instagram.

En aquel entonces, la principal preocupación de la chica era lucir una tonificada figura, sin embargo, eso quedó atrás y actualmente, según sus propias palabras, lleva una vida mucho más tranquila y feliz.

Así lo dejó claro en una publicación en Instagram donde compartió una imagen comparativa de su 'antes y después' con un importante mensaje de amor propio.



«Estaba revisando mi teléfono y encontré esta antigua fotografía cuando estaba entrenando para una competencia de bikini. Muchas personas ven esta imagen y hacen una comparación física, diciéndome que me preferían ‘antes’, pero yo personalmente me prefiero a mí en cualquier peso siempre y cuando sea feliz», comenzó escribiendo.

Luego continuó: «Está bien amarte a ti misma sin importar la talla. Yo recuerdo lo infeliz que era en la captura de la izquierda porque odiaba varias partes de mi cuerpo, particularmente mi trasero, ya que era el más difícil de tonificar. Tenía tantas inseguridades, me comparaba continuamente con otras mujeres y me faltaba confianza».

También hizo hincapié en señalar que su visión de la vida cambió cuando empezó a aceptarse tal cual era sin sentir remordimientos.

«Tu salud mental es tan importante como tu salud física y no estoy diciendo que está bien ser una persona sedentaria y tomar decisiones poco saludables... Creo que todo va en encontrar un balance, escuchar a tu cuerpo y saber qué es lo bueno para él», finalizó su relato.

<https://www.instagram.com/p/BYMxmrAlfL3/>

¿Qué te parece?

Fuente: [El Ciudadano](#)