

# LAS BELLAS

Zuriñe Delzerro Martínez  
Lanbroa



La belleza es un valor positivo para todas las personas. El intento de conseguir belleza física es elogiado.

¿No extraña que haya modelos de belleza standard? ¿Quién crea estos modelos?

No te esfuerces en parecerte a estos modelos creados por otros. Cada persona tiene su belleza personal, singular.

Los baremos para calificar la belleza son muy relativos. Obseva que hay criterios de belleza muy diferentes, según las razas, culturas y según el sexo.

Seguramente, para ti será "guapa", la persona que globalmente te guste.

No permitamos que otros nos encasillen como "tía buena" o "fea", únicamente nosotras, debemos crear nuestra propia expresión, nuestro propio estilo, somos las únicas encargadas de dar color y vida a nuestra cara, a nuestro cuerpo ,a nuestra ropa...

Nos puede gustar, atraer, gustar físicamente, un chico o una chica, aunque no respondan a los modelos de belleza que socialmente nos presentan.

La ropa que llevamos es nuestra segunda piel. Es importante que exprese algo de nosotras mismas.

Si nos fijamos bien, hay personas que son bellas por la expresión de su cara, de su cuerpo, por su forma de mirar.

La belleza física no es un privilegio de la juventud. Si eres capaz de salirte de los moldes establecidos, la podremos descubrir también, en las personas mayores y ancianas.

No admitamos que otros nos impongan como moda: el pecho grande o pequeño, el estar blanca o morena, el ser gorda o delgada, el llevar ropa incomoda que perjudique, etc.

Nuestro cuerpo es solo nuestro. Tal como es, puede ser bello. ¡¡ELIJAMOS NUESTRO ASPECTO FÍSICO!!

Miremos nuestro cuerpo en un espejo y vayamos descubriendo nuestra propia belleza.

Y si nos sobran kilos o una parte de nuestro cuerpo presenta alguna irregularidad, ¡NO NOS ACOMPLEJEMOS!

Tratemos de superarnos en lo que no nos gusta y podamos, y...recordemos, que a partir de cómo somos, podemos conseguir nuestra belleza personal.

Los baremos para calificar la belleza son muy relativos. Obseva que hay criterios de belleza muy diferentes, según las razas, culturas y según el sexo.

No nos empeñemos en dejar de comer y tomar adelgazantes químicos.

Informémonos y procurémosnos una alimentación saludable que nos aporte un equilibrio entre la edad, la altura y el peso.

La salud es belleza ¡Cuidemos nuestro cuerpo! **F**

