

## **La toxicitat dels cànons de bellesa**

Cada vegada el nombre de noies amb trastorns alimentaris va augmentant per aquests cànons acceptats per la societat. Les adolescents volen sentir-se identificades amb models de talles molt petites, ja que és el que la indústria de la moda ha marcat, i la decepció que s'emporten, quan no troben la seva talla a les botigues, fa que arribin en aquests extrems.

El més tòxic és que les famoses són el mirall en què ens mirem. És la cara que et somriu des de la portada d'una revista, la noia que apareix al teu programa de televisió preferit o l'actriu que està per tot arreu quan estrena la seva pel·lícula. Que critiquin i etiquetin aquestes dones en grasses, velles o lletges, genera uns cànons de bellesa nocius per a la resta de dones acostumades a uns alts estàndards físics. La solució d'aquesta situació és no alimentar el monstre, no entrar en debats, no interessar-se en el físic de les dones i prestar més atenció al talent i, sobretot, mostrar una realitat més plural on s'inclouen totes les talles i edats.

Has de ser feliç acceptant els teus defectes, que són el que realment et fan ser diferent i especial. No permetis que et diguin que estàs massa grassa o massa prima si estàs sana. T'has de sentir bé amb el teu cos i, si vols canviar-lo, que sigui perquè tu vols i creus que et sentiràs millor. No et deixis influenciar pels cànons de bellesa, ja que el que més s'hauria de valorar és l'interior de les persones.

Espero que algun dia les persones que es dediquen a la indústria de la moda s'adonin del mal que estan fent a tanta gent i rectifiquin mostrant més diversitat de la societat a les seves passarel·les. També espero que, en un futur, desapareguin els estereotips d'una vegada per totes i que tothom sigui lliure de ser com vulgui.

**Maria Rion Guillemat**

1r B Batx

16 anys

Airam Noir