



---

RÀNQUINGS | | Actualitzat el 14/07/2024 a les 07:46

# El teu cos en biquini és tan bonic com aquests 9

L'estiu és meravellós per a molts motius, però també és l'època de l'any on patim més pressió estètica, sobretot les noies. És per això que et recomanem que si ho passes malament busquis estratègies per alleugerir el teu malestar, com deixar de seguir comptes d'instagram on es mostren cossos "perfectes" continuament... protegeix la teva autoestima i salut mental!

```
[playbuzz](function(d,s,id){var js,fjs=d.getElementsByTagName(s)[0];if(d.getElementById(id))return;js=d.createElement(s);js.id=id;js.src='https://experience.ex.co/sdk.js';fjs.parentNode.insertBefore(js,fjs);}(document,'script','exc-o-sdk'));
```

[/playbuzz]

I si realment ho passes molt malament, ens pots escriure al consultori d'Autoestima i Imatge:

[consultori]3[/consultori]