



FAMOSOS | Redacció | Actualitzat el 21/01/2025 a les 21:00

L'aplaudida reflexió d'Escanes sobre el seu canvi físic: ?No et jutjo, jo també li donava molta importància?

Per desgràcia, les celebritats estan acostumades a rebre centenars de comentaris a través de les xarxes socials sobre els seus cossos. Un exemple és la catalana, **Laura Escanes**, qui farta de rebre aquesta mena de comentaris, ha respost públicament en el seu Instagram.

La influencer ha compartit la captura on es veuen els tres comentaris desagradables d'uns seguidors: "**Quina foca**", "**Estàs molt grassa**" o "**Cada dia més grassa**". Com era d'esperar, la presentadora no es va quedar aquí i li va dedicar un missatge que ha estat molt aplaudit. "Crec que no has entès que el vertader glowup no està en el físic ni en l'aparença estètica, sinó en l'amor propi. I que segurament si tu estiguessis bé de veritat en el teu cor i cap no et plantejaries posar aquest missatge perquè segurament ni et passaria pel cap quan veus el vídeo o la foto d'una noia", explica Escanes.

[View this post on Instagram](#)



A post shared by LAURA ESCANES (@lauraescanes)

La influencer, fins i tot, s'ha posat a la pell de la usuària i li ha dedicat unes altres paraules: "no et jutjo, ho entenc perquè durant molt de temps li donava molta importància al físic i el primer que pensava era: "ai vull aquest cos" i vaig arribar a obsessionar-me una mica. Però us juro que el camí de cuidar-se i estimar-se és preciós".

Escanes creu que les dones cada cop estan "menys obsessionades amb el seu físic" i tampoc els importa que se'ls vegi un cos impressionant a cada foto que es penja.

Com explica, ara el que li preocupa i ocupa és tenir una vida saludable, com la que intenta mantenir després d'haver començat a anar al gimnàs i a córrer. **"M'agrada molt veure dones així a les xarxes socials. M'inspiren i em motiven.** Tenim molta sort", acaba dient la influencer catalana.

La creadora de contingut ha acabat d'arrodonir el discurs mencionant una llarga llista de noies que l'inspiren i han tingut a veure amb el seu canvi de mentalitat. Escanes ha aprofitat el comentari grassofòbic per enviar un missatge motivacional.



[View this post on Instagram](#)

A post shared by Women's Health Espan?a (@womenshealthesp)