



Miki Núñez, sobre el seu trastorn alimentari: ?Quan em veia, sentia fàstic?

La pressió estètica és la protagonista del nou Sense Ficció que s'estrena aquest dimarts 28 de gener a les 22:05 h a TV3 i posteriorment es podrà veure a la plataforma 3Cat. Es tracta del **?Sempre (Im)perfectes'** que dona veu a testimonis que conviuen o han conviscut amb els efectes de la pressió estètica, entre els quals hi ha el cantant català **Miki Núñez**.

El cantant i presentador ha volgut trencar el silenci del tabú sobre els trastorns alimentaris masculins i ha explicat el seu cas. "Jo cada vegada que em veia, fos on fos, sentia fàstic. **Jo només tenia paraules de rebuig cap a mi mateix. Jo m'insultava?**" "Bé, parlo en passat, però podria parlar en present. Em deia coses lletges: que ningú mai m'estimaria, que com volia ser actor o cantant si tenia aquell cos. Que era un 'gordo', que per què menjava tant. Tot això jo m'ho deia constantment. Cada, cada dia."

Aquest rebuig corporal el pateixen **6 de cada 10 adolescents** i en alguns casos els porta a tenir un trastorn de la conducta alimentària, com els **28.000 joves** que ara mateix en tenen a Catalunya. De fet, en **el 90% dels casos qui ho pateix són noies**, però cada cop hi ha més nois com el Miki: "Sempre he tingut problemes amb el menjar. De petit ja intentava no menjar absolutament res i si menjava intentava vomitar. Em marejava, em desmaiava. Era constant el fet de veure si m'havia aprimat, si m'havia engreixat. Ho he passat molt malament durant tota la meva vida".

[View this post on Instagram](#)



A post shared by 3Cat (@som3cat)

Ja ha parlat en altres ocasions, però aquest dimarts ho fa en el programa de 3Cat perquè altres nois vegin que també els pot passar i animar-los a compartir-ho per poder sortir-ne. "Era una cosa que jo, amb els meus amics, no ho havia parlat mai", afegeix el cantant. "Ho he viscut en el més absolut dels silencis i ara penso que ho hagués explicat abans, no tindria els problemes que tinc ara", explica.

A més de Núñez hi participen l'actriu i creadora de continguts **Mara Jiménez**, el músic **Toni Mejías**, l'atleta paralímpica **Desirée Vila**, l'estilista i activista antiracista **Adriana Boho**, l'actriu **Àngels Gonyalons** i la model **Pino Montesdeoca**. De fet, els testimonis tracten de reflectir les moltíssimes cares de la pressió estètica, que afecta a tothom, però la pateixen més les persones susceptibles de patir grassofòbia, edatisme o capacitisme.



View this post on Instagram

A post shared by 3Cat (@som3cat)

'El Consultori' d'Adolescents.cat i altres eines

Recorda que si algun cop t'has trobat amb una situació que et generi dubtes, inseguretats o

<https://www.adolescents.cat/noticia/60604/miki-nunez-sobre-seu-trastorn-alimentari-quan-em-veia-sentia-fastic>



preocupacions pots escriure a **'El Consultori' d'Adolescents.cat**, un espai segur i confidencial on rebràs resposta de les psicòlogues que hi treballen.

A més, tens a la teva disposició altres eines de la Generalitat, com ara **'Obro feel'**, un xat d'acompanyament emocional via WhatsApp. Enviant un missatge al 680354155, els joves de 14 anys en endavant poden rebre suport gratuït, immediat i confidencial.

A més, els telèfons **682 900 500 / 682 300 003 / 681 10 10 80** sempre tenen una persona voluntària disposada a escoltar i acompanyar la persona que ho necessita.

[consultori]2[/consultori]