GIRONA NOTICIES.COM + Periodisme

Buscando el bienestar

Noticias 24hs | 30/11/2017 | 08:26

Algo tan simple como una prenda de ropa o tan complejo como una operación de estética tienen el mismo objetivo. Mejorar nuestro aspecto y ayudarnos a sentirnos bien

La idea que tenemos acerca de la belleza es un tanto subjetiva. A pesar de que los medios de comunicación condicionan hasta cierto grado lo que es bonito y lo que no, todos tenemos un ideal de belleza, tanto para nosotros como para quien nos rodea. Y es por eso que a menudo sentimos la necesidad de un cambio, ya que los gustos no son inamovibles y pueden evolucionar. Podemos decir que estamos en una continua búsqueda del bienestar, y para ello recurrimos a diversas opciones.

Ropa cómoda

Hay algo atractivo en la comodidad. De hecho, cuando estamos en casa lo primero que hacemos es tratar de ponernos lo más cómodos posible. Y es que la manera más eficaz de sentirnos bien con nosotros mismos es estar a gusto. Por eso, tenemos determinadas prendas de ropa preparadas para cuando queremos disfrutar de nuestro momento.

Al en principio tan sencillo como encontrar unas zapatillas baratas online nos puede hacer sentir mucho más atractivos. Y es que la comodidad se refleja en la cara.

Cambios más profundos

A veces hay cosas en nuestro cuerpo que impiden que nos sintamos bien. Puede ser una mancha en la piel, alguna parte de la anatomía que nos acompleje o algo similar. En ocasiones, tal vez un poco de maquillaje pueda disimularlo, pero en nuestro interior sabemos que está ahí. Y puede llegar a convertirse en un gran impedimento para sentirnos bien.

Por ello, hay quien recurre a cambios más permanentes, acudiendo a un centro de estética Barcelona donde someterse a tratamientos con los que mejorar tanto su aspecto como la propia percepción que tienen de sí mismos. Estos pueden ser muy diversos, como masajes reafirmantes, aplicación de cremas y otros compuestos y incluso intervenciones de cirugía cuyo objetivo es el de mejorar nuestra apariencia, tanto de forma visible como en alguna parte del cuerpo que no se suele dejar a la vista.

La terapia de ir de tiendas

Por otro lado, a veces lo único que se necesita es evadirse durante un tiempo de la realidad. A menudo el estrés y las preocupaciones de la vida nos someten a tanta presión, que no podemos sentirnos bien con nosotros mismos. Para eso, hay quien aplica la denominada terapia de compras, que consiste es salir de tiendas y disfrutar de una experiencia con la que mimarse un poco,.

Hoy, esta manera de evadirse ha cambiado debido a que las tiendas online se imponen, y por ello en lugar de salir de casa para recorrer un centro comercial, lo único que hay que hacer es encender el ordenador o navegar con el smartphone para buscar ofertas en tiendas de ropa con las que mejorar nuestro aspecto. Quienes recurren a menudo a ello aseguran que funciona muy bien.

Una visita al salón de belleza

Evidentemente, cuando se habla de belleza y bienestar siempre está presente la idea de pasarse por un salón de belleza. Un cambio de peinado a menudo puede hacer más por nuestro bienestar que varias sesiones de terapia.

Además, gracias al uso de toallas desechables en estos centros, incluso las personas más escrupulosas pueden entrar y disfrutar de la experiencia. Además de llevarse un cambio de estilo que les ayudará a sentirse mejor consigo mismas.

En realidad todas estas no son más que estrategias con un único objetivo: conseguir un grado de bienestar que nos ayude a sentirnos bien personalmente. Algo que nos hace también con mayor atractivo para los demás.

Autor: Redacción

https://gironanoticies.com/noticia/56846-buscando-el-bienestar.htm