«Vull que em creixin les tetes i el cul» la consulta de la setmana

[inicicentrareport]Cada setmana rebem vàries consultes anònimes d'adolescents com tu que tenen problemes de tot tipus: amor, amistats, dificultats personals, estudis, sexualitat, conductes alimentàries...

Com ja sabràs si ets lector/a habitual, a El Consultori, un equip de psicòlogues i sexòlogues expertes resolen dia a dia les vostres preocupacions de manera totalment anònima. Aquí et deixem una de les consultes d'aquesta setmana.

Consulta anònima, noia de 14 anys: "Vull que em creixin les tetes i el cul"

Hola, què puc fer perquè em creixin les tetes i el cul?
Necessito ajuda siusplauuuuuuuuuuuuuuuuu

Resposta de la psicòloga del Consultori:

Hola! Entenc que tens dubtes sobre el creixement del teu cos i és completament normal tenir aquests pensaments mentre anem creixent però, és important recordar que cada cos és diferent i segueix un ritme de desenvolupament únic. Durant l'adolescència i els primers anys d'edat adulta, el cos segueix canviant, així que les teves característiques físiques poden evolucionar de manera natural amb el temps. Comparar-te amb altres només t'acabarà donant una idea irreal de com hauries de ser. A més, és fonamental mantenir hàbits saludables, com fer exercici regular i seguir una dieta equilibrada, per tenir un cos sa i ple d'energia. També, l'acceptació del teu cos és clau; estimar-lo tal com és, mentre treballes per aconseguir els teus objectius de manera saludable, t'ajudarà a mantenir una visió realista i positiva de tu mateixa. Si tens dubtes sobre el teu desenvolupament, parlar amb un metge o endocrinòleg pot ser útil per assegurar-te que tot està bé des del punt de vista de la salut.
Si et preocupa com et sents emocionalment, parlar amb un psicòleg o algú de confiança pot ser molt beneficiós. També et convido a seguir-nos al nostre perfil d'Instagram @imaacabemambelstca. Estem aquí per ajudar-te, així que escriu-nos sempre que ho necessitis. Una forta abraçada!

Maria Prieto, psicòloga experta en alimentació.

Si tens qualsevol por, dubte o problema ens pots escriure anònimament a través d'aquest formulari especificant si la consulta és de Psicologia general, sexualitat o alimentació i imatge personal:

[consultori]3[/consultori]
[ficentrareport]