



CONSELLS | | Actualitzat el 14/01/2019 a les 08:52

9 coses que has de saber si sues mentre dorms



Algun cop t'has despertat a mitja nit perquè tenies calor i estaves suant o t'has llevat i duïes el pijama mig moll? Doncs no ets l'única.

Aquests són els factors que ho poden provocar segons els experts:

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

[/playbuzz]

Video: <https://www.youtube.com/watch?v=2XSig83pB5A>

Des d'@AdolescentsiCat parlem amb la **Miri Pérez-Cabrero** de Masterchef ?@mirimchef5?.

Comentarem la seva evolució al llarg dels últims mesos i el seu pas pel programa que l'han portat



a ser una de les cares més populars del moment. També li preguntarem sobre l'amor o què mira a Netflix i què escolta a Spotify.