

لهذه الأسباب لا تفقدي وزنك قبل الزواج

تسعى الكثير من الفتيات الى إنقاص أوزانهن وخاصة إذا كن مقبلات على الزواج.

فكل فتاة تحلم أن ترتدي فستانا ذات تصميم محدد يجعلها تبدو كالأميرات، ولكن ليست كل الفتيات بحاجة الى إنقاص وزنهن، واليكم الأسباب:

فستان الزفاف: محاولة إنقاص الوزن قبل الزواج، سيجعل العروس تتعب وتُتعب معها الخياط الخاص بها، وذلك لان وزنها تبدل عندما إختارت التصميم المناسب لها.

الزوج: قد يكون خطيبك اعتاد على رؤيتك بشكل محدد قبل الزواج، وتصبح عملية إنقاص الوزن مرهقة بالنسبة له، كونه سيرى نموذج جديد من حبيبته.

الطاقة لدى الفتاة المقبلة على الزواج: على العروس أن تقوم بالعديد من الأمور التي تتطلب جهدا، الأمر الذي يجب أن تحتفظ بطاقتها من أجله، ومن المعروف عن الأنظمة الغذائية أنها تقلل من جهد الإنسان.

مظهر الزفاف: يؤثر فقدان الوزن الة تبدل لون البشر كظهور شحوب في الوجه ما يعكس الإرهاق في صور الزفاف.

الشعور بالغضب إذا ما فشل النظام الغذائي الذي تتبعه الفتاة قبل الزواج، يمكن أن يؤدي بها إلى حالة من الغضب والحزن، وهو ما قد يؤثر بشكل واضح على حالتها المزاجية أثناء الزفاف أو شهر العسل.

الكآبة: ما يجعل الفتاة في حالة من التركيز الدائم من اجل خسارة الوزن، ما ينعكس على تصرفاتها تجاه زوجها.

لكي لا تصلي يوم زفافك منهكة القوى ننصحك بعدم إتباع نظام غذائي صارم يؤثر على مزاجك.