

## PENSA E SENTE

- **PENSA EM EMAGRACER**
- **TEM ESTIMA BAIXA POR ESTAR GORDINHA**
- **SENTE QUE PRECISA DE MAIS QUALIDADE DE VIDA**
- **FICA TRISTE POR DEIXAR A SITUAÇÃO CHEGAR NO PONTO QUE ESTÁ**



## OUVE

- **“NOSSA VOCÊ ENGORDOU”**
- **“TÁ FAZENDO DIETA?”**
- **“TÁ TREINANDO MESMO?”**

## VÊ

- **VÊ AS PESSOAS EMAGRECENDO**
- **VÊ INFLUÊNCERS MAGRAS**
- **VÊ AMIGOS POSTANDO**

- **TREINA E NÃO VÊ RESULTADO**
- **SE ALIMENTA BEM MAS NÃO PERDE PESO**
- **“VOU DEIXAR DE COMER UM PÃOZINHO?”**
- **“TENHO MEDO DE COLOCAR TUDO A PERDER NO FINAL DE SEMANA?”**

## FALA E FAZ

## DORES

- **BAIXA AUTO-ESTIMA**
- **MEDO DE FICAR COM FOME**
- **NÃO CONSEGUE EMAGRECER**
- **TRISTEZA**
- **NÃO CONSEGUE SE ORGANIZAR PARA COMER BEM**
- **FALTA DE LIBIDO**

- **SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA**
- **VONTADE DE VIVER**
- **ORGULHO DO PRÓPRIO CORPO**
- **SE SENTE BEM COM O CORPO QUE TEM**

## GANHOS