

Transcripcions en espanyol i català

Historia de Matt Diaz

Hola. Me llamo Matt Diaz. He perdido 122 kilos durante los últimos seis años. Cuando tenía 16 años llegué a pasar un máximo de unos 224 kilos. Soy un gran defensor del Body Positivity, pero nunca he mostrado cómo se ve mi exceso de piel y creo que es importante que lo haga porque quiero mostrarme abierto con todos vosotros sobre cómo soy y cómo es mi cuerpo. Jamás he hecho esto, nunca. Me da mucho, mucho miedo porque, bueno, no me juzguéis demasiado.

Así se ve el exceso de piel de 122 kilos, básicamente. Está en mis brazos, mi torso y no puedo hacer nada al respecto. Tengo marcas de nacimiento desde que nací. Nunca se lo he enseñado a nadie, pero esta es la piel sobrante tras perder peso. He hecho ejercicio y he entrenado muy duro y no puedo hacer nada.

Me da miedo enseñar esto porque me da miedo que los demás crean que nunca seré atractivo. Me dan miedo los mensajes de ese tipo y es lo que siento todo el tiempo: cuando voy a tener relaciones con alguien nuevo, cuando estoy en un sitio tipo playa o así y tengo que quitarme la camiseta, no puedo.

Quería compartirlo con vosotros porque creo que es importante que no me avergüence por ser quien soy, porque me he esforzado mucho para conseguirlo y, aun así, no tengo el cuerpo que quisiera. Pero estoy trabajando muy duro para quererme.

Me da miedo subir esto, pero creo que es importante que lo haga porque así es cómo soy. He trabajado mucho para perder todo este peso, peso la mitad, y no voy a avergonzarme de quien soy. Nunca más.

Me da mucho miedo lo que los demás puedan pensar y me da mucho miedo que sean negativos y me juzguen, pero tenía que mostrarlo porque no puedo predicar sobre el Body Positivity y esconder quien soy. No puedo hacer eso, no es lo correcto. Lo he sabido desde que comencé a hablar sobre ello, pero tenía miedo. Sigo teniendo miedo.

Pero he hecho mucho ejercicio, he trabajado muy duro y aquí estoy hasta que pueda operarme para arreglarlo, hasta que consiga algo para repararlo, así se ve mi cuerpo y no puedo remediarlo. Tengo estrías, las señales de nacimiento en el costado y todo este exceso de piel. Enseñaría también las piernas. Creo que no están tan mal, pero mi cámara Canon tiene un límite y no puede hacerlo. Pero sentía que os lo tenía que enseñar porque quiero sentirme orgulloso de quien soy y quiero que os sintáis orgullosos de quienes sois y en parte consiste en no ocultarlo. Así que así es cómo soy.

He trabajado duro para verme bien y tener un buen corte de pelo y todo eso porque quería quererme. Y quiero controlar y querer todo lo mío mientras pueda. Pero con lo que no puedes cambiar, con lo que no puedes arreglar, tienes que estar en paz. Yo lo estoy intentado seriamente y por eso os lo enseño.

Siento estar tan sensible, nunca antes había hecho nada como esto y estoy acojonado. He tenido un ataque de ansiedad mientras trataba de hacer esto. Pero tengo exceso de piel, tengo estrías, tengo marcas de nacimiento. Soy solo una persona y creo que os tenéis que querer. No voy a decir eso y esconder lo que soy, porque no es justo para vosotros ni es justo para mí.

Voy a subir esto a Tumblr, creo. Solo sed amables. Sé que habrá mucha gente que me ataque, pero estoy muy asustado. Sí, este soy yo. Me voy a ir antes de que llegue al límite de tiempo.

Història de Matt Diaz

Hola. Em dic Matt Diaz. He perdut 122 kilos durant els darrers sis anys. Quan tenia 16 anys vaig arribar a pesar un màxim de 224 kilos. Soc un gra defensor del Body Positivity, però mai he ensenyat com se'm veu l'excés de pell i em sembla important fer-ho perquè em voldria mostrar obert amb tots vosaltres sobre com soc i com és el meu cos. Mai he fet res de semblant, mai. Em fa molta, molta por perquè, bé, no em jutgeu massa.

Així es veu l'excés de pell de 122 kilos, bàsicament. El tinc als braços, al tors, i no puc fer-hi res. Tinc maques de naixement, d'ençà que vaig néixer. Mai li ho he ensenyat a ningú, però aquesta és la pell sobrera després de perdre pes. He fet exercici i he entrenat molt dur i no puc fer-hi res.

Em fa por ensenyar tot això perquè em fa por que els altres es pensin que mai seré atractiu. Em fan por aquesta mena de missatges i és el que sento a tot hora: quan he de tenir relacions amb algú nou, quan estic en llocs així com la platja i m'he de treure la samarreta, no puc.

Volia compartir-ho amb vosaltres perquè crec que és important que no em faci vergonya de ser qui sóc, perquè m'he hagut d'esforçar molt per aconseguir-ho i tot i així, no tinc el cos que voldria. Però estic treballant molt dur per estimar-me.

Em fa por pujar-ho, però crec que és important que ho faci perquè és així com soc. He hagut de treballar molt per perdre tot aquest pes, peso la mitat, i no m'ha de fer vergonya qui soc.

Em fa molta por el que els altres puguin pensar, i em fa molta por que siguin negatius i em jutgin, però ho havia d'ensenyar, perquè no puc predicar sobre el Body Positivity i amagar qui soc. No puc fer-ho, no em sembla bé. Ho he sabut d'ençà que faig començar a parlar-ne, però em feia por. Encara em fa por.

He fet, però, molt d'exercici, he treballat molt dur, i ací estic fins que pugui operar-me per solucionar-ho, fins que aconseguixi la manera d'arreglar-ho, aquest és el meu cos i no puc fer-hi res. Tinc estries, els senyals de naixement al costat i tota aquesta pell sobrera. Voldria ensenyar les cames. Em sembla que no estan tan malament, però la càmera Canon té els seus límits i no puc fer-ho. Però sentia que us ho havia d'ensenyar, perquè vull sentir-me orgullós de qui soc i vull que estigueu orgullosos de qui sou i una mica està en no amagar-ho. Així que, és així com soc.

He hagut de treballar dur per veure'm bé i portar un tallat bonic, i tot perquè volia estimar-me. I vull controlar i estimar tot el que és meu, mentre pugui. Però amb el que no pots canviar, amb el que no pots canviar, has de conviure-hi. Jo miro de fer-ho de debó i per això us ho mostro.

Em sap greu estar tan sensible, mai no havia fet res de semblant i estic acollonit. He patit un atac d'ansietat mentre mirava de fer això. Però tinc un excés de pell, tinc estries, tinc taques de naixement. Soc només una persona i crec que us heu d'estimar. No puc dir això i alhora amagar el que soc perquè no és just per a vosaltres ni tampoc ho és per a mi.

Ara pujaré això a Tumblr, suposo. Sigueu, però, amables. Sé que hi haurà qui m'atacarà, però estic ben espantat. Sí, soc jo, aquest. Me'n vaig abans no arribi al límit de temps.