

# B

# Consecuencias de reprimir tus **EMOCIONES**



**ESTRÉS  
CONTINUO**



**ESTADO DE  
ÁNIMO BAJO**



**INSOMNIO**



**DOLORES  
FÍSICOS**



**PENSAMIENTOS  
REPETITIVOS**



**EXPLOTAS CON  
FACILIDAD**

## ¡Permítete sentir tus emociones!

Tú eres la llave...

**Vive en**  
*Balance*