

DIETA DE 24 HORAS

Mira como eliminar casi toda la barriga en una sola noche, le llaman la dieta de emergencia

Te avisan que viene un evento importante, vas al closet, lo abres y ves ese vestido que sin duda es perfecto para la ocasión.

Ese que compraste hace apenas unos meses y pasa lo peor: ¡pues no te va! No te preocupes, con ésta técnica lo resolverás.

Como se trata de una emergencia, tenemos una dieta que sin duda te va a ayudar porque aún estás a tiempo para llevar a cabo una estrategia rápida que en tan solo 24 horas te sacará de apuros. De esta forma podrás deshinchar tu abdomen, desintoxicar, y quemar las grasas de tu abdomen durante solo un día, así de fácil. Para que luzcas un vientre totalmente plano y dudas usar esa indumentaria que sin duda deslumbrará a los presentes.

La dieta es a base de jugos o infusiones, esto ayudará a ir limpiando esa zona para que se pueda verte como deseas.

8 de la mañana. Usa el **jugo de limón**: Agarra un limón y dilúyelo en un vaso de agua, para endulzarlo usa edulcorantes para evitar que el azúcar no tenga un efecto contraproducente.

10 de la mañana. La **naranja y la manzana**: Hacen un jugo excelente porque es bueno y cuenta con componentes que te ayudarán. Tómate ese jugo con ambas frutas, agrégale un vaso de agua.

12 de mediodía. Té verde: A esta hora toma una taza de té verde.

A las 13 h. Suma a la dieta el **jugo de zanahoria**: Benefíciate de las propiedades de la zanahoria, con un vaso de agua bien fría.

A las 15 h. Taza de té: Toma una nueva taza de té de tu preferencia.

Después de un descanso. Tómate **un jugo de tu preferencia**: El jugo que quieras, recuerda: con edulcorante.

A las 19 h. (En la noche): nuevamente el **té verde** tendrá protagonismo.

A las 21 h. Un **vaso de zumo de pomelo**.

A las 22 h. Un **vaso de limón**.

¿Qué estás esperando para tomar nota? Mantén esa receta para cualquier eventualidad, para que puedas lucir hermosa en esa noche que seguro será especial