

TENDENCIAS

Purifica tus pulmones en 3 días con esta receta

El Ciudadano · 27 de agosto de 2016



Estos increíbles tips harán que en 72 horas puedas tener tus pulmones purificados. Hazte un té de hierbas antes de dormir, esto eliminara toxinas del organismo, en la mañana antes del desayuno, prepara un vaso de agua (300ml) con limón, puede ser toronja o piña, puedes añadir zanahoria; esto ayuda al tránsito, desintoxicación y purificación desde adentro hacia afuera, y recuerda practicar ejercicio; muy

importante, no solo ahora en la temporada de otoño, sino siempre, que esto se convierta en un estilo de vida. Verás como tus pulmones te lo agradecerán.



Fuente: [El Ciudadano](#)