

¿Podrías adivinar la edad de estas mujeres? Apostamos que no

El Ciudadano · 16 de julio de 2017

El secreto de la eterna juventud, oh, ¿quién no quisiera saber dónde conseguir ese elixir que te hace mantenerte joven por siempre? Muchos lo han intentado, pero pocos lo han logrado. Las mujeres que te vamos a mostrar a continuación parece que sí descubrieron ese secreto y, ¿quién sabe? Tal vez lo compartan.

¡No podrás creer la edad que tienen! Definitivamente no es la que aparentan. No tenemos idea de qué hacen o si es que tienen pacto con el diablo, pero lo que sí es que lucen espectaculares. ¡Te quedarás con la boca abierta!

1. Sharon Hsu, 36 años

No toma bebidas azucaradas, come muchas frutas y verduras y regularmente hace ejercicio. ¿Lo más importante? Mantenerse hidratada bebiendo bastante agua diariamente. Además, cuida su piel con cremas humectantes y protector solar.

2. Malaika Arora Khan, 43 años

Comienza el día con un vaso de agua tibia mezclada con limón y miel. Cualquier alimento frito, lo fríe con aceite de oliva extra virgen. Evita la comida chatarra. Practica yoga y va 3 veces a la semana al gimnasio. Todas las noches antes de dormir se desmaquilla. Además, no fuma ni bebe.

3. Risa Hirako, 46 años

Tiene una regla: solo usa maquillaje con ingredientes naturales. Come saludablemente pero de vez en cuando se concede algún gusto. Casi no consume carne ni azúcar.

4. Masako Mizutani, 49 años

Esta mujer pasa, diariamente, 5 horas en su rutina de belleza. Toma mucha agua, duerme bien y no fuma.

5. Zaklina, 47 años

Esta famosa instagramer es un misterio para todos. Se sabe que, no solo parece de 25 años, sino que además ¡ya es abuela! De dos hermosas niñas. ¿Su rutina de belleza y cómo hace para mantenerse tan joven? ¡Solo ella lo sabe!

6. Liu Yelin, 50 años

Lleva 30 años practicando natación casi a diario. Además, no usa maquillaje y cuida lo que come.

7. Christie Brinkley, 63 años

En ayunas, cada mañana, bebe un vaso de agua tibia con miel y limón. No come carnes rojas y suele tomar varias meriendas en el día. En las noches suele tomarse una copa de vino tinto. Practica yoga, le gusta correr y los deportes extremos.

8. Wendy Ida, 64 años

Empezó a hacer ejercicio al cumplir los 40 años luego de sufrir por sobrepeso por mucho tiempo. Ahora se gana la vida ayudando a otros a ponerse en forma. Cuida lo que come, mucha proteína y vegetales. Además hace cardio regularmente y entrena con pesas.

9. Ernestine Shepherd, 81 años

Fuente: El Ciudadano