

Remédio natural para emagrecer 10kg em um mês e desinflamar o abdômen!



A maioria dos programas para queimar gordura do corpo pode ser composto por três hábitos básicos: uma dieta saudável, uma rotina de exercícios e uma bebida caseira e natural para ter bons resultados em pouco tempo.

Ter esses 3 hábitos são a chave para alcançar o sucesso na hora de emagrecer e manter o peso adequado para o nosso corpo

Este tratamento para a queima de gordura aproveita as propriedades da canela e do louro, que possuem muitos benefícios para o sistema digestivo e a redução da inflamação.

O preparo dos 2 ingredientes juntos em forma de chá, o torna uma bebida ideal para queimar mais calorias, acelerar o metabolismo e perder peso em menos tempo.

A canela pode ajudar a perder peso, já que tem compostos que contribuem para frear o processo de acúmulo de gordura, especialmente na região abdominal.

Além prevenir e ajudar a controlar a diabetes, ser rica em minerais e compostos

antioxidantes; ter efeitos antibacterianos e antifúngicos; ser um calmante natural, e ajudar a desinflamar.

Já o louro é bom, porque tem o cineol e o eugenol, que estimulam a digestão e acalmam a acidez, os gases e as dores abdominais.

Veja a receita do chá para Emagrecer 10Kg

Ingredientes:

1 litro de água mineral ou filtrada,

2 paus de canela

10 folhas de louro

Modo de Preparar:

Coloque a água para ferver com a canela em pau e as folhas de louro junto.

Quando ferver, abaixe o fogo e deixe ferver por mais 15 minutos. Feito isso, retire-o do fogo e deixe repousar antes de tomá-lo.

Modo de Consumo:

Tome 1 xícara em jejum, pela manhã, e no máximo 2 xícaras durante o dia.

Consumindo-o diariamente, é possível perder até 7 centímetros em pouco tempo.

Contraindicações: Não beber mais do que a dose recomendada. Não é recomendado durante a gestação, ou para quem tiver problemas digestivos, como úlceras e gastrite, ou quem estiver consumindo antibióticos.