



Crea tus propias cremas reductoras

Descripción

¿Eres de las personas que gasta una fortuna en cremas reductoras?, si es así, te interesará esta noticia más información en TodoMujeres.cl .-El portal femenino



Tener el cuerpo soñado para muchas es casi imposible, en

el mercado actual existen muchas cremas que prometen poder reducir medidas y eliminar la grasa que no se puede reducir con ejercicios. Lo negativo de estas cremas es el precio, ya que exceden considerablemente el presupuesto, una buena noticia es que éstas se pueden hacer en tu casa, aquí te doy algunas recetas.

1-Para preparar esta crema reductora necesitarás una crema hidratante o reafirmante, pastillas de alcanfor y yodo blanco. Todos estos ingredientes los encontrarás en las farmacias. Necesitas 400ml de crema, una pastilla de alcanfor molida, cinco cucharadas de yodo blanco. Mezcla todo y listo.

Aplica esta crema después de ducharte en la mañana y en la noche antes de acostarte limpiando muy bien la zona eliminando cualquier impureza y realiza masajes circulares con tus nudillos en el abdomen y la cintura durante 20 minutos, hasta que la crema se absorba por completo.

2-Para esta crema necesitas tres cucharadas de bicarbonato de sodio, media pastilla de alcanfor, tres

cucharadas de alcohol, 8 cucharadas de mentol. Esta mezcla sirve para aproximadamente siete días. Tritura la pastilla de alcanfor, y mezcla con los otros ingredientes, lo importante es que dejes actuar esta crema por 30 min en tu piel envuelta en algún plástico.

Fecha de creación

junio 2016