



Si estás a dieta, mira este truco viral para evitar las tentaciones

¿Quién no ha estado a dieta alguna vez en su vida? ¿O al menos ha evitado determinados alimentos para cuidar que su peso no se dispare? La mayoría, al menos, nos preocupamos en ocasiones por evitar las «calorías vacías» que nos puede aportar un delicioso bollo de chocolate, un pastelito o ese último bombón de la caja... Son las tentaciones que hay a nuestro alrededor y que pueden llegar a volvernos locos, sobre todo si estamos realizando una dieta estricta.

En Internet hay cientos, miles de consejos para perder peso. Por supuesto, como en todo, no nos podemos dejar llevar por esas «dietas milagro» que pueden ser gravemente perjudiciales para nuestra salud.

Pero hay otras recomendaciones que, además de servirnos de ayuda, nos arrancan una sonrisa. Esta chica protagoniza un vídeo viral en el que se la ve oler

un pollo empanado y frito pero al abrir la boca, el mordisco se lo da a algo mucho más sano: a un plátano. ¿Una forma de engañar a nuestro cerebro que será eficaz? Igual hay que probar...

Engañando al cuerpo □

Publiée par [Letras de Canciones](#) sur Samedi 28 avril 2018