

Jimena Barón reveló cómo se dio cuenta los cambios en su cuerpo tras dejar de consumir sal

05/09/2023



Jimena Barón utiliza sus redes sociales para compartir sus experiencias de vida y, además, para revelar sus **rutinas de belleza** y algunas **recetas saludables** para el día a día. En esta oportunidad, la cantante comentó cuál es el **beneficio** que encontró luego de **disminuir** la cantidad de sal en las comidas y cómo darse cuenta si el proceso funciona.

“Y hoy, que la temática parece ser belleza, les voy a contar esto. Todos tenemos un talón de Aquiles y **el mío es la sal**. Ay, Jesús”, empezó diciendo en los posteos.

✖ *Las historias de Jimena Barón. Foto: Instagram.*

“Amo y **como en exceso**. No está para nada bueno para la salud ni estéticamente hablando, pues el cuerpo **lleno de sal retiene**

mucha agua”, es por eso que explicó que lleva una semana cocinando sin nada de sal. “Pero sin llevarme el salero a la mesa como solía hacer y le seguía dando... Posta que **me siento mejor**”, añadió.

Luego remarcó la forma en la que se dio cuenta los cambios de su cuerpo tras eliminar la sal. «Tengo un anillo que uso siempre, que no es de compromiso, ya que preguntan tanto, que ahora **me baila y me queda grande**», agregó.

Ante esto, explicó: “Recomiendo probar aflojarle a la sal y **comprobar los resultados** ustedes mismas con algún anillo que tengan”.

✘ *La alimentación de Jimena Barón. Foto: Instagram.*

Antes de finalizar, Jimena Barón recomendó y reflexionó sobre la importancia de la alimentación: «Y ahora fuera de joda (porque la pasé bien, comí rico, y ya fue), pero qué bueno que mi cuerpo **no se banque** comer como el culo, porque no creo que esté nada bien comer como el cu...».

Fuente: Canal 26