

Por qué las japonesas no engordan

Consejos para estar joven, bella y delgada
Domingo, Carmen

Editorial: Océano-Ambar

ISBN: 9788475566733

Páginas: 175

Dimensiones: 15 x 21 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 14,50 €

Coleccion: Muy personal / Relaciones



SINOPSIS

Las japonesas son un ejemplo sublime de belleza por su saludable delgadez y por la piel inmaculada y sin arrugas que lucen hasta la edad madura.

Mujeres de cincuenta años aparentan sólo veinte como si hubieran bebido el elixir de la eterna juventud. ¿Cómo lo consiguen? Su ancestral dieta es uno de los factores, pero no el único. Este práctico manual te desvela todos los secretos mejor guardados por las geishas del siglo XXI.

Descubre:

- * Cómo estar delgada y llena de energía
- * Los secretos de una piel de porcelana
- * El té: elixir de la juventud
- * Claves para vivir con salud hasta los 100 años

Carmen Domingo es escritora y periodista. Colabora en la prensa escrita y radio, además de ser autora de libros como *Cocina japonesa para occidentales*, *Secretos de alcoba de las geishas* o *Domo arigato* en esta misma editorial. Es una amante de la cultura del Japón, país que visita regularmente.