

Pobednica: Nedeljka Đorđević (59 godina)

Zanimanje: radnica u prehrambenoj industriji

Razlog posete: upućena od strane specijaliste interne medicine zbog hiperlipoproteinemije, hipertenzije i gojaznosti

Nutritivna preporuka: Medicinska nutritivna terapija kod hiperlipoproteinemije, hipertenzije i gojaznosti

Rezultat: nakon dva meseca sprovođenja medicinske nutritivne terapije telesna težina je manja za 2,5 kg, obim struka za 11 cm

Status: medicinska nutritivna intervencija i dalje

Komentar: Naporan, smenski rad značajno mogu uticati na ritmove ishrane i spavanja. Tada se u trci sa poslom, vremenom, obavezama, često prave pogrešni izbori u ishrani, loše navike se gomilaju, ponavljaju i daju rezultate u vidu gojaznosti, povećanja krvnog pritiska, masnoća u krvi itd. Nedeljka je na početku svoje priče o ishrani, ali je stvarno dobro krenula sa promenama. Korigovanjem samo nekoliko navika dosta je smanjila abdominalnu gojaznost, odnosno nadutost, kao i broj kilograma. Odličan početak, nastavljamo dalje...

Bravo, draga Nedeljka 😊