

**Pobednica:** Milica Baškalović (64 godine)

**Zanimanje:** penzionerka

**Razlog posete:** upućena nutricionisti zbog hipertenzije, hiperlipoproteinemije, hiperglikemije, gojaznosti; operisala kičmu i karcinom dojke i limfnih žlezda

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

**Rezultat:** nakon 6 meseci sprovođenja medicinske nutritivne terapije telesna težina je manja za 7 kg, obim struka za 8 cm; glikemija dobra (bila 7,0, sada 5,8); lipidni status bolji (holesterol bio 8,38, na kontroli 6,82; trigliceridi bili 5,82, kontrolni 2,64)

**Status:** medicinska nutritivna intervencija i dalje

**Komentar:** Uvek mi je zadovoljstvo da sarađujem sa sjajnim ženama kakva je gospođa Milica. Ona je prava žena zmaj: pokazala je svima da bolesti mogu da poremete kvalitet života, ali da je ipak ona ta koja može da vlada situacijom i utiče na mnogo toga. Prvenstveno na ishranu, fizičku aktivnost i sopstvene misli, unapređujući zdravstveno stanje i kvalitet svog života. Niko ne kaže da je lako, ali je moguće. Puno je edukatora koji pričaju da je dosta toga moguće promeniti pozitivnim stavom i mislima. Divno je kada sve rečeno ne ostane na nivou teorije, već vidite praktičnu primenu i da to stvarno deluje. Imajući u vidu mnoge zdravstvene zaplete, dogovor je da sa redukcijom telesne težine napredujemo polako, jačajući imunitet i poboljšavajući kondiciju.

Bravo, draga Milice 😊