

**Pobednica:** Milijana Rovčanin (73 godine)

**Zanimanje:** penzionerka

**Razlog posete:** upućena od strane spec. interne medicine zbog povećanih lipida u krvi, hipertenzije, gojaznosti, hiperglikemije

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

**Rezultat:** nakon pet meseci sprovođenja medicinske nutritivne terapije telesna težina je manja za 8 kg, u obimu struka za 5 cm. Ovim rezultatom postigla je svoju poželjnu telesnu težinu.

**Status:** medicinska nutritivna intervencija i dalje.

**Komentar:** Gospođu Milijanu je spec. interne medicine uputio nutricionisti prvenstveno zbog povećanih lipida i hiperglikemije. Nije ni razmišljala o tome da će korekcijom nutritivnih navika i uvođenjem umerene fizičke aktivnosti doći do redukcije telesne težina. Gojaznost joj je bila nerešiv problem, pa je na kraju i odustala od toga da se može nešto učiniti po tom pitanju. Dobar osećaj lakoće bio joj je dodatna motivacija da od promena ne odustaje, već da ih sa prijatnim osećajem trajno prihvati. Jer, zašto menjati ono što nam donosi bolji kvalitet života? Milijana se bolje oseća, poletnija je, raspoloženija i primer je da za promene nikada nije kasno. U planu su: redovna, šestomesečna kontrola kod specijaliste interne medicine i laboratorijska analiza krvi. Nema dileme da će parametri biti bolji.

Bravo, draga Milijana 😊