

**Pobednica:** Marjana T. (52 godina)

**Zanimanje:** ekonomista

**Razlog posete:** upućena od strane specijaliste fizikalne medicine zbog tegoba sa koštano – mišićnim sistemom, hipertenzije, gojaznosti

**Nutritivna preporuka:** Medicinska nutritivna terapija kod gojaznosti i hipertenzije

**Rezultat:** nakon pet meseci sprovođenja medicinske nutritivne terapije telesna težina je manja za 15,5 kg, u obimu struka za 16 cm; krvni pritisak stabilan

**Status:** medicinska nutritivna intervencija i dalje

**Komentar:** Marijana je jedna žena lavica: hrabra, odgovorna, uporna i radoznala. Želi da zna i dobije konkretan plan akcije i onda nema odstupanja, niti izgovora. Nakon redukcije telesne težine, bolovi zbog oboljenja koštano – mišićnog sistema bili su manji usled manjeg opterećenja. Promenjena je kategorija uhranjenosti: iz gojaznosti je prešla u predgojaznost. Prihvaćeno je uvođenje umerene fizičke aktivnosti i pored svih navedenih zdravstvenih benefita, postoje promene koje se ne mogu izmeriti vagom, ali su jako značajne za kvalitet života. To su povećanje osećaja samopoštovanja, samopouzdanja i poboljšan socijalni život.

Bravo, draga Marijana 😊