

Chamo-me S.C, tenho
30 anos, sempre fiz dietas
mas sem resultado.

Sempre que subia as escadas
ficava cansado. Até que
vi uma reportagem sobre
nutrição com a Dr^a Jaqueline
resolvi marcar a consulta
pedido conselhos alimentares.
A 1^a consulta foi em maio
de 2009,

A partir daí comecei a
fazer a dieta que a Dr^a
receitou indo as consultas
de 15 em 15 dias, fui
obtendo ^{bons} resultados.

Além de dieta também fui
para um ginásio para
fazer exercício.

A Dr^a é uma pessoa simpática
atenciosa.

Desde Maio de 2009 até
agora perdi 13 Kg.

Estou a gostar das Consultas pois só assim aprendo a comer como deve ser sem esquecer nos doces (bolos, chocolates, goiabas).

Tenho amigas minhas que me pediram para marcar consultas para elas pois gostaram de ver os meus resultados pois já vai fazer 1 ano que estou a fazer dieta.

Pelo menos já consigo vestir roupas que não vestia.

No início de dieta vestia entre o 42/44 agora já visto 38 de calças: camisas, blusa antes vestia XL agora já visto o M.