

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<sup>a</sup> Jaqueline  
resolvi marcar a consulta  
pedido conselhos alimentares.  
A 1<sup>a</sup> consulta foi em maio  
de 2009,

A partir daí comecei a  
fazer a dieta que a Dr<sup>a</sup>  
receitou indo as consultas  
de 15 em 15 dias, fui  
obtendo <sup>bons</sup> resultados.

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

A Dr<sup>a</sup> 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, gozmes).

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.