

Francesco

FRANCESCO 1 – COLESTEROLO 0

Per problemi di **sovrappeso e di colesterolo** mi affidai anni fa ad un **nutrizionista**, e seguendo scrupolosamente le sue indicazioni venni a capo dopo qualche tempo dei miei problemi. Una volta completata la dieta bastarono però pochi mesi per ritornare quasi al punto di partenza: di qui la necessità di rivolgermi di nuovo alle cure di un nutrizionista.

Quello che maggiormente mi ha convinto della **dr.ssa Ferrari** -alla quale mi sono successivamente rivolto – è il suo **concetto di dieta**, del tutto diverso dall'esperienza precedente: non una serie di prescrizioni e rinunce da rispettare fino a risultato acquisito, ma l'adozione convinta di uno stile di vita fondato sulla consapevolezza del ruolo essenziale del cibo nel nostro equilibrio complessivo di vita, senza proprio per questo sacrificare mai la necessaria dimensione del piacere.

Rara competenza, grazia e capacità di comprensione della dottoressa Ferrari completano il quadro decisamente positivo della mia esperienza presso il suo studio.