

Maria

MARIA E LA BATTAGLIA VINTA CONTRO LA SUA DISBIOSI

Mi chiamo Maria, ho 63 anni, da sempre ho avuto disturbi all'intestino e allo stomaco. Tra alti e bassi, cure, che al momento sembravano fare effetto, tornavo al punto di partenza.

Circa tre anni fa i sintomi si sono aggravati, avevo gonfiore, dolori addominali e necessità di andare al bagno urgentemente e ripetutamente. Ho fatto una serie di indagini, colonscopia, gastroscopia, analisi...dalle quali non è emerso nulla di rilevante. È stato un periodo difficilissimo, anche sotto l'aspetto psicologico, stavo il più possibile in casa, se uscivo cercavo di stare in luoghi dove ci fosse un bagno. Un giorno una conoscente mi ha consigliato di rivolgermi alla **dottoressa Emanuela Ferrari, Biologa Nutrizionista**.

Durante la prima visita, dopo aver ascoltato la mia storia e aver esaminato i risultati degli esami che avevo effettuato, la dottoressa ha detto che i miei sintomi erano riconducibili a una **Disbiosi**. Un test per Disbiosi ha confermato la diagnosi. Ho iniziato a seguire un piano terapeutico, basato soprattutto su una corretta e idonea alimentazione, affiancata da integratori alimentari. La dottoressa, oltre a una dieta alimentare, mi ha raccomandato di fare esercizio fisico e trovare dei momenti per rilassarmi.

Non è stato facile **rinunciare alle mie vecchie abitudini**, però, con il passare del tempo la mia salute e il mio umore miglioravano, questo mi ha dato la forza di non mollare. Ora, dopo aver reinserito la maggior parte degli alimenti, ho completato il mio percorso. Continuerò a seguire una **dieta equilibrata** e per qualsiasi problema so di poter contare sulla professionalità e umanità della dottoressa

Ferrari.