

LETTERA PER FIBERPASTA

Dottssa Anna Chiara Ragone
Biologa nutrizionista
www.annachiararagone.it
annachiara.ragone@gmail.com

Ho capito durante la mia esperienza lavorativa di Nutrizionista che al paziente non è sufficiente dare un semplice foglio di carta con su scritto cosa, quando e quanto mangiare.

Era già inutile perdere peso in questo modo molto tempo fa e lo è ancora di più oggi dove, basta collegarsi ad internet, per capire che queste sono nozioni che ognuno di noi può tranquillamente possedere. Tutti sanno che occorre fare almeno cinque pasti al giorno e che si deve fare una buona e costante attività fisica affinché la salute ne possa trarre beneficio.

Ecco perché sono certa che ogni persona che si rivolge ad un nutrizionista abbia bisogno di qualcosa di più. Occorre interagire con loro, farli partecipi del lavoro da compiere, aiutarli ad accrescere le loro conoscenze. Occorre aiutarli ad applicare tutto ciò che è diventato il loro bagaglio di conoscenze nutrizionali affinché lo possano utilizzare al momento opportuno. Occorre, soprattutto, che il paziente abbia fiducia nel programma da seguire ed abbia delle ottime motivazioni.

Quasi tutti i pazienti che si rivolgono ad un professionista per risolvere il problema del sovrappeso, inizialmente, pensano di uscire dallo studio con una ricetta miracolosa, qualcosa di scritto da seguire per ritrovare in pochissimo tempo il "peso forma" sognato da tempo, raggiunto qualche volta, ma mantenuto per pochissimo.

Entrando nel mio studio, quando si rendono conto che il programma prevede un cambiamento risolutivo sul modo di cucinare, di acquistare il cibo e di pensare al cibo, sono inizialmente perplessi, perché per la prima volta sono i protagonisti assoluti del loro cambiamento, ma devo dire che il più delle volte, sono anche contenti di aver trovato la strada giusta per risolvere il loro annoso problema.

Un Nutrizionista, a mio parere dovrebbe avere il ruolo di guidare i suoi pazienti nel cammino del cambiamento indicando il giusto percorso da seguire, le varie difficoltà, la gestione dei rischi ma anche delle eccessive sicurezze. Mi capita spesso di dire ai miei pazienti che nel periodo in cui si sottoporranno al trattamento nutrizionale saremo una squadra il cui unico risultato sarà quello di fare "goal". Ed è proprio per questo che, anche se io sarò l'allenatore, la vittoria spetta a loro che sono i giocatori.

Questo è il mio lavoro, anzi il nostro lavoro.

Perchè FiberPasta?

La continua ricerca della soluzione, di ciò che praticamente possa aiutarli a dimagrire, di un' "aiuto magico" mi ha spinto a valutare integratori e tisane varie ma nulla di meglio che consigliare cibo. E così l'approdo a **FiberPasta**. e ai suoi prodotti. La pasta, vista da tutti come privazione, ha portato molte persone che l'hanno vista inserita nei loro piani personalizzati ad esclamare convinti "Grazie dottoressa per l'ottima pasta che abbiamo oggi nello schema, ci sazia e ci aiuta a dimagrire". Una soddisfazione immane per chi vede scendere l'ago della bilancia mangiando pasta, piadina, biscotti e per chi come allenatore ha segnato un nuovo goal con una ditta che offre prodotti efficaci e scientificamente validi.

Grazie FiberPasta.

BUON VIAGGIO A TUTTI VERSO UN PESO RAGIONEVOLE!!!!!!
Vi ASPETTO

Dott.ssa Anna Chiara Ragone