

# Yo era pre diabética y en mi última consulta...

Mi querida señora, yo empecé con unas recetas veganas y poco a poco cambié mi alimentación. ¡Especialmente la leche! Desde que me preparo mis leches veganas no he tenido dolores de artritis. Era pre diabética y en mi última consulta, el endocrinólogo me dijo que ya no necesitaba ir porque ya tenía los niveles perfectos (me pregunto: ¿que tomasteis?) y le dije nada, simplemente me alimento saludablemente y sin carne ☐ quedó muy sorprendido ☐ la verdad que no fue fácil salir porque desde pequeños nos acostumbran a comer carne, pero ipoco a poco se logra!

¡Gracias por el esfuerzo que ponen en cada video!

ATTE

SANDRA ELIZABETH

Cuéntanos tu Testimonio y envía a [cocinaveganfacil@](mailto:cocinaveganfacil@)

VER VIDEO