

O seu antigo médico impôs-lhe há mais de dez anos um regime alimentar severo, para além de muito exercício físico três vezes por semana. Visto que nada deu resultado em todo este tempo e que continua a ter uma saúde fraca, prefere agora viver à grande e à francesa, dedicando-se à boa vida e à boa mesa, nem que seja durante uns meses antes de bater a bota. Escreva uma breve carta ao seu médico: conte-lhe os porquês da decisão tomada e porque é que já não concorda com as suas recomendações.

POSSÍVEIS MOTIVOS:

Você...

1. ... quer uma vida descontraída, como a que tinha antes
2. ... está farto das recomendações
3. ... consultou outro especialista
4. ... sente-se já muito idoso para tanta disciplina
5. ... já fez muito exercício, está cansado de tanta ginástica
6. ... preferia ter menos dias de exercício físico
7. ... está pior do que estava antes
8. ... sente-se fraco e magro
9. ... não sabe se vai conseguir viver mais anos assim
10. ... o regime tem tornado a expectativa de vida longa e dura demais
11. ... não vai renunciar aos prazeres da vida
12. ... quer voltar às refeições copiosas
13. ... quer dar sabor à sua vida
14. ... quer comer chouriças e todo o tipo de enchidos, chocolate, tripas, doces e bolos com natas, batatas fritas com muito sal, pipocas, cozido e ovos de todas as maneiras, sal, leite gordo, cacau e açúcar
15. ... quer beber vinho, ir beber copos
16. ... gosta das gorduras, da boa carne, do bacalhau com muito azeite, dos queijos
17. ... não gosta de hortaliças nem de fruta
18. ... não gosta do sabor dos produtos dietéticos
19. ... tem saudades das picadas nas pernas e nos pés
20. ... morre de saudades do tabaco, das passas partilhadas com os amigos
21. ... sabe que há doenças sem solução nem cura
22. ... tenciona dedicar-se ao “carpe diem”