

DR. MÁXIMO RAVENNA, EL LÍDER DEL ADELGAZAMIENTO

En Latinoamérica, ha cambiado la vida de más de 30.000 pacientes con su particular método y visión de los kilos de más.

Adelgazar sin dañar la salud y mantener el peso ideal es una preocupación para muchas personas, que en la mayoría de los casos han probado múltiples regímenes, consiguiendo frecuentemente una reducción de peso poco duradera.

La Clínica Ravenna, una institución dedicada al tratamiento de la obesidad y otros desórdenes alimentarios, se ha instalado en España desde el pasado mes de octubre, inaugurando unas modernas instalaciones en Madrid.

El Dr. Ravenna, inauguró su primer centro terapéutico en 1993 en la Ciudad de Buenos Aires, Argentina y desde entonces la clínica ha atendido a más de 30.000 personas. Diariamente, cientos de pacientes comprueban que es posible adelgazar de un modo sano, con el apoyo y el seguimiento de profesionales especializados, sin medicación ni métodos invasivos. Es un sistema personalizado para reducir peso y volumen con la estricta supervisión de profesionales de las distintas áreas: clínica médica, actividad física, nutricional y psicológica.

¿En qué consiste el Método RAVENNA?

Un excelente equipo multidisciplinar ofrece un sistema estrictamente personalizado para reducir peso. Su objetivo principal es la modificación de hábitos nocivos relacionados con la comida, a partir de la toma de conciencia respecto a límites, excesos y malos hábitos alimenticios.

El sistema incluye una dieta personalizada de bajo contenido calórico, manteniendo la ingesta de todos los nutrientes imprescindibles para un buen funcionamiento de órganos y tejidos. **Un rápido descenso inicial conforma el estímulo principal para que los pacientes excedidos de peso logren adherencia al método.**

¿En qué se diferencia de otros métodos de adelgazamiento?

El tratamiento de la obesidad desde un acercamiento a un problema de conducta, una adicción o tendencia a comer más de lo necesario. Ser gordo es ser "excesivo" en la conducta, en el cuerpo, en el plato y en la talla. Lo visible de este exceso es el cuerpo que habla desde su voluptuosidad, pero hay que ir más allá, tratar las conductas que llevan a ese cuerpo al exceso por la falta de medida.

Su objetivo principal es la modificación de hábitos nocivos relacionados con la comida, a partir de la toma de conciencia respecto a límites, excesos y malos hábitos alimenticios.

El método se basa en el concepto de CORTE inmediato con los excesos, la MEDIDA - en la porción, el cuerpo y la ropa - la DISTANCIA entre las comidas y con la comida, y la detección de los vínculos adictivos con ciertos alimentos.

¿Cuáles son las principales ventajas de este método?

Su eficacia a corto y largo plazo. El método permite pérdidas de peso de entre 1,5 y 2 Kg. por semana para mujeres y hasta 2,5 Kg. por semana para hombres. Las dietas se diseñan en base a un primer análisis médico con variaciones adecuadas a las necesidades de cada persona. Deben ponerse en práctica siempre bajo un estricto control médico.

El mantenimiento en el tiempo. En el transcurso del tratamiento de pérdida de peso se adquiere un entrenamiento que dota de herramientas para mantener el peso ideal a largo plazo. El acompañamiento profesional está

siempre a disposición del paciente que ha alcanzado su peso ideal, no se le deja solo, se le acompaña con una periodicidad distinta.

¿Cuáles son las barreras principales a superar?

"Se debe tomar en serio la decisión de dejar de ser una persona obesa o con sobrepeso", explica el Dr. Ravenna. La resistencia personal a cambiar hábitos y actitudes excesivas hacia la comida, es el primer obstáculo a superar. Además está la presión social que existe por una alimentación excesiva y que acosa a la persona a dieta con tentaciones.

¿Cuál es el secreto para que el método funcione?

El compromiso por parte de un equipo completo de profesionales y la dedicación a cada uno de los pacientes de forma individual, personalizada. Ellos acompañan en seguimiento periódico a los pacientes en su tratamiento de tal forma que puedan afrontar las tentaciones que los rodean. "Este plan consiste en optimizar nuestro tiempo y el de la persona que viene a consultarnos para que los resultados sean excelentes. Es decir, el paciente se compromete, pero nosotros los profesionales, mucho más", comenta el Dr. Ravenna.

¿Para quién está recomendada?

Estos programas se adaptan tanto para obesos e hiperobesos, como para quienes sólo tienen sobrepeso estético o quieren prevenir complicaciones de salud. Este tratamiento está dirigido para mejorar la calidad de vida de todas las personas que sufren los efectos del sobrepeso como colesterol, hipertensión, diabetes II entre otras.



"NO HAY QUE SEGUIR PONIENDO EXCUSAS PARA PERDER PESO, LA SALUD Y LA VIDA PUEDEN ESTAR EN JUEGO", afirma contundente el Dr. Máximo Ravenna, médico psicoterapeuta, que presenta un método para lograr un adelgazamiento sano y duradero.

**Clínica
Ravenna**
Madrid

Reg. N° CS8920

TOMA NOTA: Si quiere conocer mejor el método del Dr. Ravenna, llámenos para concertar una cita y le regalaremos un libro. (Limitado a las 50 primeras citas)

Clínica Ravenna - Madrid

General Arrando, 7 28010 Madrid

Teléfono: 91 593 09 80 www.clinicaravenna-madrid.com