

Clínica Ravenna Madrid

Propone una solución altamente eficaz ante la lucha contra el sobrepeso y la obesidad.

¿Qué le sucede al cuerpo cuando engordamos? Empieza a perder su armonía y a enfermarse, aparecen los daños en la piel (estrías, celulitis...), la fatiga al subir las escaleras, la imposibilidad de atarse los zapatos, el ronquido al dormir, las apneas nocturnas y el dolor en las articulaciones, etc.

Para padecer estos efectos secundarios no hace falta llegar a los índices de una gran obesidad; a veces sólo es necesario un sobrepeso inocente a la vista pero dramático en su repercusión en el cuerpo.

"El sedentarismo y la alimentación excesiva están en la base del problema", nos explica el Dr. Ravenna. "La mayoría de la gente se engaña cuando engorda y dice saber por qué. Todas las personas que suben de peso lo hacen porque comen de más y se mueven menos; todas las personas que no engordan, comen menos y se mueven más."

Además, el doctor aporta datos contundentes. **Sólo el 5 por ciento de las personas delgadas - las llamadas delgadas absolutas - no acumulan sobrepeso comiendo en exceso y llevando una vida sedentaria.**

El 95 por ciento de las personas delgadas cuida su alimentación. De éstas, la mitad lo hace sin ser consciente de ello y la otra mitad deja de comer en exceso aún cuando tiene ganas de hacerlo. Se controla.

El método del Dr. Ravenna se lleva a cabo en España por un equipo multidisciplinar que ofrece un programa estrictamente personalizado para reducir peso, en la Clínica Ravenna—Madrid. 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.**

Para todas las etapas vitales (la niñez, la adolescencia, la edad adulta y la tercera edad) se ofrecen planes nutricionales personalizados, educación alimentaria, terapias individuales o de grupo, actividad física adaptada y programada. Estos programas se adaptan tanto para obesos e hiper obesos, como para quienes sólo tienen sobrepeso estético o quieren prevenir complicaciones de salud.

"CON ESTE TRATAMIENTO EL PACIENTE TIENE ASEGURADO QUE VA A ADELGAZAR", afirma el Dr. Máximo Ravenna. "DESDE LO CLÍNICO, LO NUTRICIONAL, LO FÍSICO, LO PSICOLÓGICO, EL PACIENTE VA A ESTAR MUY CONTROLADO Y ENSEGUIDA COMENZARÁ A NOTAR LOS RESULTADOS."

Dr. Máximo Ravenna lleva más de 30 años dedicándose al estudio de la obesidad y otros desórdenes alimentarios. Por sus centros han pasado más de 30.000 pacientes que se han beneficiado de su novedoso sistema de adelgazamiento al que ha aportado su dedicación absoluta desde los inicios de su carrera profesional.

Es licenciado de la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad de Buenos Aires y tiene un postgrado en la Primera Escuela Argentina de Psicoterapias. Su formación como Médico Clínico y Psicoterapeuta le ha permitido abordar la obesidad desde un punto de vista global, tomando en cuenta todos los aspectos que intervienen en dicha patología.

Es miembro de la Sociedad Argentina de Obesidad y Trastornos Alimentarios (SAOTA), de la American Obesity Association (AOA) y de la North American Association for the Study of Obesity (NAASO), entre otros importantes organismos dedicados al estudio y tratamiento de la obesidad. Ha realizado estudios de postgrado en prestigiosas instituciones como Harvard Medical School.

Ferviente defensor de la importancia de cumplir los objetivos de adelgazamiento de forma eficaz, duradera y sin desgaste ni agresión, ha presentado trabajos de investigación en numerosos congresos internacionales, en los que detalla su novedoso enfoque para construir la delgadez, conocido como CORTE, MEDIDA y DISTANCIA.

El Dr. Ravenna ha publicado diversos libros en los que expone las claves del éxito de su método para adelgazar, siendo el más reciente "La Medida que Adelgaza. Del exceso tóxico a la porción saludable". Otros títulos del Dr. Ravenna son: "Una Delgada Línea...entre el exceso y la medida" y "La Telaraña Adictiva. Quién se come a quién." Algunos de estos títulos se publicarán próximamente en España.



VALECLAVE en el PUENTE DE LA CONSTITUCIÓN
Plan Intensivo "Las Fiestas" 5 al 8 de Diciembre
INFÓRMESE!

Clínica Ravenna - Madrid

General Arrando, 7

28010 Madrid

Teléfono: 91 593 09 80

www.clinicaravenna-madrid.com

**Clínica
Ravenna
Madrid**

Reg. N° CS8920