

GENTLEMAN

EL VALOR DE LA ELEGANCIA

NUMERO 85 44

FRANCIS FORD

COPPOLA

EL GENIO DEL CINE
ENSEÑA SU BODEGA

Especial GOURMET

LOS 100 RESTAURANTES O
LA COCINA DESPUÉS DE ADRIÀ
VINOS PARA UN GENTLEMAN
DELICATESSEN, DISEÑO, TIENDAS

EXTRA SPAS
LOS MEJORES EN
ESPAÑA Y PORTUGAL

MODA |
L'ART DE VIVIR EN LAS CIUDADES

DESTINOS, HOTELES, GUÍAS
GENTLEMANÍA, REGALOS, RELOJES



MÁXIMO RAVENNA
MÉDICO Y PSICOTERAPEUTA

El peso y la forma

EL MÉDICO ARGENTINO INAUGURA SU PRIMERA CLÍNICA EN ESPAÑA.

La Comisión Europea alertaba en diciembre de 2010 sobre el aumento del porcentaje de la población obesa en Europa, que ha pasado del 10% de 1987 al actual 25%. Según este mismo estudio, en España el crecimiento pasó del 7% al 15%, un período en el que también se incrementaron las "dietas milagro" y el número de cirugías de reducción del tamaño del estómago. "Siempre he estado en contra de este tipo de cirugías agresivas y de alto riesgo para el paciente", afirma el doctor y psicoterapeuta argentino Máximo Ravenna, especializado desde hace más de 30 años en el estudio de la obesidad y otros desórdenes alimentarios. Su clínica de Buenos Aires, inaugurada en 1993, ha tratado a más de 30.000 pacientes, y el pasado mes de octubre inauguró su primer centro en Madrid. Su método de adelgazamiento está basado en la modificación de los hábitos nocivos relacionados con la comida, a partir de la toma de conciencia de límites, excesos y malos hábitos alimenticios. A cada paciente se le realiza un plan personalizado basado en cuatro conceptos: come 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. Además de la supervisión de profesionales de las distintas áreas de su centro: clínica médica, actividad física, nutricional y psicológica. ●

CLÍNICA RAVENNA

El primer centro del doctor Máximo Ravenna se ha inaugurado en Madrid en la C/ Gal. Aranda nº 7. Más información en www.clinicaravenna-madrid.com

Máximo Ravenna en las escaleras del edificio que alberga su centro madrileño. Ravenna es autor de libros como *Una Delgada Línea...entre el exceso y la medida* o *La Delirante Adictiva. Qué se come a quién*.