



Tel. 25 21 54

25 21 58

C.REAL

Amigo hostelero y heladero Procopán le sirve el producto para que usted fabrique su:

- Limón granizado
- Horchata
- Mermelada y todo lo que necesite para la heladería

RINCON DE LA MEDICINA

"Comer mucho no engorda"

* Doctor Isidro Gutierrez.

Este es el lema de nuestras clínicas FIGURAMA, y no solo es totalmente cierto sino que nosotros comenzamos los tratamientos de adelgazamiento "comiendo mucho" (es decir, lo que cada paciente desee), si no hay problema médico que lo contraindique. De su efectividad son testigo las 112 clínicas en España, y ahora también en Francia y Portugal, dedicadas sobre todo a la Nutrición y Estética.

A lo largo de mi experiencia en este campo de la Nutrición he visto dietas de todo tipo, las que comenté de píldoras con anfetaminas, extracto de tiroides, hipófisis y ... vaya usted a saber que más. También dietas con mucha fibra vegetal de diferentes sabores; las típicas dietas caseras del pomelo, del melocotón, las bajas en calorías, muy equilibradas pero que aburren lo indecible y se abandonan pronto. De todas formas hay miles de formas para adelgazar y no quiero descalificarlas todas diciendo que las nuestras son las mejores y las otras no valen, todas tienen sus "pros" y sus "contras" pero evidentemente unas más que otras.

El periodo de adelgazamiento debe ser pasajero, no se puede estar toda la vida cogiendo y soltando kilos, pero a la vez no tiene que ser detestable ni aburrido. Por tanto hay que volcarse hacia aquellos tratamientos fáciles de manejar, que supongan las mínimas privaciones, que por supuesto hagan per-

der peso y que estén complementadas con un mantenimiento que eduque a no recuperar kilos. Todo ello siempre vigilado por un médico para evitar cualquier tipo de problema que pudiera sufrir.

Parece bastante lógico este planteamiento ¿verdad?, pues por ello es por lo que nosotros intentamos hacer de nuestra profesión una razón de ser en las Clínicas Figurama. Adelgazamos sin poner límites a las cantidades de alimentos y con el tiempo conseguimos que nuestros pacientes lleguen a comer solo lo que sus organismos necesiten. "Jugamos", variando continuamente las proporciones en proteínas, grasas e hidratos de carbono; no es complicado pero más que aprender a hacerlo y para eso sobre todo estamos nosotros.

Así conseguimos que el paciente no tenga estrés



AUTOMOVILES OCAÑA

Si desea un automovil pase y PRUEBELO sin compromiso.

Garantía total por experiencia en 30 años

Ollvo, 2 - Tlf: 21 39 29 - CIUDAD REAL

en la realización de la dieta, que pierda peso y que aprenda a manejar los alimentos. Insisto en que no hay ningún misterio, no se engorda comiendo mucho, sino mezclando mal los alimentos, nosotros enseñamos a combinarlos de la manera adecuada, primero para adelgazar y luego para mantenerse en su peso. La próxima semana les hablaré de las complicaciones de la obesidad.