

Testimonios reales del plan médico nutricional Metabolic Balance

► El Dr. Alberto Morano presenta a cuatro pacientes que han apostado por esta plan personalizado para perder peso



DR. ALBERTO MORANO PALMA

■ ¿Sabías que patologías como migrañas, diabetes tipo II, trastornos tiroideos, ansiedad, colesterol o insomnio pueden estar directamente relacionadas con la alimentación y el metabolismo? Pues así es. Y es precisamente este planteamiento basado en la salud (y no sólo en la estética) lo que ha llevado a nuestro equipo médico de Clínica Morano a apostar por Metabolic Balance (MB), un plan personalizado para tratar diversas patologías y/o perder peso mediante la regulación metabólica y el equilibrio hormonal.

Antes de apostar por MB, sin embargo, quisimos ir más allá de los argumentos médicos, recomendaciones, premios o estudios científicos que lo avalan desde hace más de 25 años. Lo que realmente nos convenció, y por lo que podemos garantizar que funciona, fue algo tan sencillo como probarlo (y comprobarlo) nosotros mismos.

La primera en atreverse con MB fue la doctora Juana Pertierra, movida por una motivación profesional pero también personal y de salud.

Después, contagiados por su entusiasmo, fue sencillo conseguir otros voluntarios (2 personas relacionadas con la clínica y un paciente/amigo) con distintos perfiles, edades, estilos de vida, y sobre todo, con distintas motivaciones para probar Metabolic Balance. ¿Qué mejor que conocer sus testimonios?

JUANA PERTIERRA

Juana tiene 31 años, y es doctora en la Clínica desde hace 9. Aunque es especialista en diferentes cam-

pos dentro de la medicina estética, la nutrición es uno de los que más le interesa. Y especialmente ahora que ha podido comprobar con entusiasmo (en su propia piel primero y en la de sus pacientes después) la relación entre alimentación y salud. El suyo fue un caso rotundo pues MB consiguió acabar con las intensas migrañas que sufría desde hacía años y que no había podido combatir (sólo atenuar con dietas bajas en histamina y medicación). Y de eso hace ya dos años. Dos años sin migrañas. “En mi caso mi gran motivación, además de la médica, fue la salud. Mis migrañas repercutían cada vez más en mi trabajo, en mi vida social y en mi calidad de vida”. Ahora Juana luce su sonrisa sin paréntesis. Siguió las pautas iniciales de MB basadas en un estudio detallado de sus análisis y ya sabe qué alimentos y qué hábitos le perjudican ya no “alimenta” sus migrañas. Como ella misma lo define: ¡ha reseteado su organismo!

- **Peso al inicio:** 57
- **Objetivos de peso y/o salud propuesto por el equipo médico tras una entrevista y un estudio detallado de su analítica:** Bajar a 55 y combatir la migraña principalmente (además de otros problemas digestivos).
- **Lo mejor de la dieta:** las pautas claras y el asesoramiento personal.
- **La clave para no desistir:** La calidad de vida que recuperé
- **¿Algo negativo?** En mi caso nada. Con fuerza de voluntad se puede compaginar con la vida social más ajetreada (¡como la mía!).
- **¿Qué alimentos que te han excluido echas más de menos?** Sin duda el tomate y la leche. Yo era de las que bebía leche cuando tenía sed. Y resulta que las proteínas de vaca, (que no la lactosa) es de lo que más daño me hacía.

DANI DE CASTRO

Dani es mallorquín, tiene 45 años, es extrovertido, le gusta la gente y vida social y trabaja en su propio negocio: se encarga de la parte comercial de un restaurante familiar. Un trabajo aparentemente perfecto para comer sano “a la carta” pero también perfecto para... ¡todo lo contrario! Las tentaciones culinarias no son una excepción, sino su día a día. Y también por trabajo a menudo tiene que comer y cenar

con clientes o asistir a catas y degustaciones de otros restaurantes (¿tedioso, verdad?).

Por estas razones, y a pesar de ser deportista, desde hacía meses había subido de peso, se encontraba más cansado y tenía el colesterol alto. Así que la motivación de Dani para empezar Metabolic Balance (además de contribuir a nuestro estudio) fue tanto estética como de salud.

El resultado ha sido 100% positivo. Ya está casi en su peso objetivo, pero, sobre todo ha bajado el colesterol, se encuentra con mucha más energía y ha aprendido hábitos de alimentación saludable que le permitirán mantenerlo. Y todo gracias a su plan personalizado y por supuesto su gran dosis de fuerza de voluntad. “La que me permite -comenta- poder comer con mis amigos carne con ensalada mientras ellos degustan una exquisita paella de bogavante.” ¡Prueba superada!

- **Peso al inicio:** 89
- **Objetivos de peso y/o salud propuesto por el equipo médico tras una entrevista y un estudio detallado de su analítica:** Bajar a 80, bajar el colesterol y ponerse en forma.
- **Lo mejor de la dieta:** Ver resultados rápidos. Perder su adicción a los hidratos (pan, arroz).
- **La clave para no desistir:** Si estás mentalizado al 100% no desistes. Hacerlo a medias no es suficiente.
- **¿Algo negativo?** Sólo un pequeño mareo el segundo día de detox (algo puntual y habitual) en esta primera fase que sólo dura 2 días.
- **¿Qué alimentos que te han excluido echas más de menos?** La copita de vino con las comidas y el pan de trigo (aunque el pan de centeno que tomo ya me he acostumbrado).

AINA MORANO

Aina es mallorquina, risueña, tiene 26 años y trabaja en la Clínica desde hace 2 años. Al terminar la Universidad y por diversas circunstancias, Aina decidió dejar de fumar. Y lo que es mejor: lo consiguió. Es algo de lo que se siente orgullosa y que le ha hecho sentirse y respirar mejor (se cansaba mucho más de lo normal). Sin embargo no pudo esquivar esos temidos kilos de más, producto de la

ansiedad, que tan fácilmente se instalan cuando se deja el tabaco.

A Aina le apasiona su trabajo pero, como tantos hoy en día, es sedentario. Y eso tampoco ayuda. Ni siquiera trabajando en una clínica estética. “Incluso los tratamientos más efectivos, sólo son duraderos si se complementan con hábitos saludables. La estética debe ir ligada a la salud. Por eso quise atajar el problema desde la raíz. O mejor dicho: ¡desde la boca!”

Hoy hace 10 kilos que empezó. O lo que es lo mismo: 2 meses. Está feliz de haber superado las 2 primeras fases y estar ya en la de mantenimiento. Su vida social es intensa, pues aún está en la edad en la que el cuerpo aguanta fines de semana de noches largas, cenas, bailes y copas. Ahora sólo ha cambiado algunos términos: baila más y bebe menos pero las noches siguen siendo largas: su energía es mayor. Y cuando los postres de sus amigos campan en la mesa, una pastilla de chocolate que lleva en el bolsillo (recetada por el médico una vez por semana) anula cualquier tentación.

- **Peso al inicio:** 62
- **Objetivos de peso y/o salud propuesto por el equipo médico tras una entrevista y un estudio detallado de su analítica:** Bajar a 52, bajar la ansiedad provocada por dejar de fumar y bajar el colesterol que, para su sorpresa, tenía alto.
- **Lo mejor de la dieta:** Está muy clara y muy bien planteada. Es dura la segunda fase pero es tan breve (14 días) que se pasa deprisa. Y además no pasas hambre.
- **La clave para no desistir:** Mentalizarse y seguir a rajatabla las 8 reglas que te proporcionan.
- **¿Algo negativo?** Descubir que algunos alimentos de entrada saludables, como el tomate, no son buenos para mi metabolismo.
- **¿Qué alimentos que te han excluido echas más de menos?** ¡El tomate! y alguna copita al salir con mis amigos. ¡Pero compensa!

NEUS GILET

Neus tiene 39 años, es madre de 2 hijos y compagina el trabajo en la clínica con su empresa de comunicación y eventos. Es algo que le apasiona (¡las 3 cosas!) pero que a veces puede llegar a ser bastante estresante.

Para Neus, Metabolic Balance era un reto. Y su motivación era combatir el estrés y la ansiedad y perder algún kilo de más. Estaba en una época en la que no comía bien, se saltaba el gimnasio e incluso tenía molestias digestivas y pupas en los labios (por estrés). También se había relajado mucho a la hora de comer. “Yo que jamás he comido dulces de postre (prefiero la fruta) me estaba sorprendiendo a mi misma comiendo postres... ¡por inercia! Así que era el momento ideal de probarlo”. Y está encantada.

- **Peso al inicio:** 57
- **Objetivos de peso y/o salud propuesto por el equipo médico tras una entrevista y un estudio detallado de su analítica:** Controlar la ansiedad, mejorar mi alimentación, las pupas y las digestiones y perder los 3 kilos ganados.
- **Lo mejor de la dieta:** Que es 100% natural y sin suplementos de ningún tipo. Y que he aprendido nuevas recetas buenisimas..
- **La clave para no desistir:** La motivación
- **¿Algo negativo?** Siceramente, no. Sólo me dolió la cabeza el primer día del detox inicial de 2 días (es algo puntual y habitual). Por lo demás estoy encantada, con más energía, sin pupas y sin estrés.
- **¿Qué alimentos que te han excluido echas más de menos?** El café con leche no me sentaba bien. Ahora, cuando tomo mi chupito de café permitido disfruto el doble.

Como conclusión, decir que es Metabolic Balance es saludable y 100% natural. No requiere suplementos alimenticios y está indicado incluso para quien decide perder peso sólo por una cuestión estética sin ningún riesgo. De forma saludable, equilibrada y, lo más importante: personalizada y bajo supervisión médica.

¿Quieres ser nuestro próximo testimonio? Infórmate en Clínica Morano sin compromiso. También puedes solicitar imágenes, datos médicos y resultados de los testimonios, todos reales, aquí reflejados.

MÁS INFORMACIÓN

Clínica Doctor Morano
C/ Baró de Pinopar, 12. Palma.
☎ 971 71 81 21
🌐 www.doctormorano.com