

Las dietas hiperproteicas, una alternativa para las personas resistentes a la pérdida de peso

La Farmacia Soler i Gornals aconseja cómo hacer frente al sobrepeso y la obesidad, uno de los principales problemas sanitarios de los países industrializados

El sobrepeso y la obesidad se han convertido en uno de los principales problemas sanitarios de los países industrializados. La OCDE, que aglutina a los países desarrollados, los califica como “enemigo público número uno”. Según datos del Departamento de Salud de la Generalitat de Catalunya, más de la mitad de la población entre 18 y 74 años tiene exceso de peso. En concreto, **el 39,6% tiene sobrepeso y el 16,5% está obesa**. Entre la población infantil y juvenil de 6 a 17 años, uno de cada cuatro sufre sobrepeso u obesidad, y en proporciones superiores entre las mujeres.

Además, en épocas primaverales son muchos los que desean quitarse esos kilos de más y declaran la guerra a la “curva de la felicidad”. ¿Cómo adelgazar sin dejarnos la salud en el camino?

Las oficinas de farmacia disponen de una amplia oferta de productos dietéticos para las personas que desean adelgazar. Hay muchas alternativas, pero la cotitular de la Farmacia Soler i Gornals, Cati Soler, aboga por “las dietas proteinadas mixtas como una opción que está dando un gran resultado, en especial, entre aquellas personas con un amplio historial de fracaso a perder peso”.

La Farmacia Soler i Gornals cuenta con profesionales que ofrecen un tratamiento personalizado al cliente, y evitan el uso de los productos milagros. Para Cati Soler, “las dietas proteinadas permiten perder peso de una manera eficaz y segura, ayudando al cliente a no volver a recuperarlo”. La dieta se basa en preparados hiperproteicos e

hipocalóricos con bajo contenido en hidratos de carbono, azúcares y grasas.

En opinión de Soler, los beneficios de esta dieta son el aporte controlado de proteínas, la pérdida de masa grasa sin afectar a la muscular, el mantenimiento del metabolismo basal, que no se pasa hambre ni fatiga, y el peso corporal se logra mantener tras la dieta.

En esta travesía, Cati Soler ve como indispensable la implicación de los usuarios. “Uno de nuestros objetivos es concienciar al ciudadano de llevar un estilo de vida saludable y además contamos con un amplio abanico de productos y marcas para ayudarles a conseguir su objetivo, perder los kilos de más”.

Para la asesora en nutrición de la Farmacia Soler i Gornals, Mercè Moreu, es importante realizar un estudio de cada caso individual teniendo en cuenta el origen del sobrepeso y la obesidad para asesorar y aconsejar al cliente sobre que tratamiento es el más idóneo. Además, cuentan con un servicio directo de consejo nutricional online y profesionales que explican cómo y qué dieta es la más ideal. Para Mercè Moreu, “se trata de bajar peso, con seguridad y eficacia y, sobre todo, de plantear una reeducación nutricional para mantener el peso perdido a largo plazo, que es el verdadero éxito de un plan de adelgazamiento”.

La Farmacia Soler i Gornals se distingue por su atención personalizada y especializada y con un amplio catálogo de 3.300 productos de 150 marcas y laboratorios. Asimismo,



De izquierda a derecha, Mercè Moreu, asesora en Nutrición, y Cati Soler

mo, en este “espacio de salud” se organiza periódicamente una serie de actividades gratuitas relacionadas con la salud, la belleza y el bienestar. Entre sus ofertas, la ortopedia, el consejo nutricional y el asesoramiento en dermatocosmética así como servicios de terapias naturales, como la aromaterapia, para la cual cuentan con la venta en exclusiva en Barcelona de los aceites esenciales Nac. Los clientes también pueden encontrar las mejores marcas en naturopatía, así como una gran variedad de alimentos como los “sin gluten” y productos ecológicos. Por otro lado, disponen de un equipamiento técnico que permite realizar análisis rápidos de glucosa, colesterol y triglicéridos, entre otros.

Por último, el equipo humano de la Farmacia Soler i Gornals apuesta por la venta online (www.farmaciasoler.com) como medida efectiva para acercar la farmacia a los hogares. Entre las grandes ventajas es la disponibilidad de ofrecer a sus clientes un catálogo de productos las 24 horas y los 365 días del año, mejorar su atención con más canales de venta, ofrecer mayor comodidad y permitir que la información sobre los productos y servicios puedan llegar a zonas de más difícil acceso y mayor comodidad.

+ info: www.farmaciasoler.com