

Instituto Scharovsky

**ARMANDO SCHAROVSKY**



# CURSO Y LICENCIA DE BANDA GÁSTRICA VIRTUAL BGV

Duración del Curso: 2 días 15 h

Imparte: ARMANDO SCHAROVSKY.

Miembro fundador y miembro de la junta directiva de ALADHIC (Asociación Latinoamericana de Hipnosis Clínica.) Ha investigado y desarrollado técnicas propias agrupadas bajo los nombres de Hipnosis Clínica Reparadora o Introspección Guiada Reparadora, entre las cuales se incluye la Banda Gástrica Virtual para bajar de peso y no volver a engordar.

CUMPLIMOS 10 AÑOS. OFERTA ESPECIAL  
Precio del Curso + Licencia BGV: 2.100 €

Cada terapeuta recibe:

- 19 grabaciones con todo el material necesario para su desempeño.
- Manual de instrucciones.
- Licencia para poder hacer uso del sistema, sin tener que hacer pagos posteriores en carácter de patentes, derechos o royalties.
- 10 kits completos del material necesario para la atención de los primeros pacientes, y así dedicarse a aplicar el sistema, de inmediato.
- Apoyo constante a través de la publicación de sus datos en la página web, certificando su autenticidad frente a terceros.
- Se entrega Diploma de Acreditación y Licencia

**Incluye licencia de Terapeuta de Banda Gástrica Virtual BGV**

Exclusivo para profesionales, incluye royalties para poder aplicar la técnica en centros o clínicas. También incluye el material necesario para empezar a trabajar con los 10 primeros pacientes.

La Banda Gástrica Virtual no es una nueva dieta y no compete, por lo tanto, con ninguna otra dieta o plan de alimentación que el paciente esté siguiendo o decida seguir: al contrario. Es la aplicación práctica de las técnicas de hipnosis, sugestión y re programación subliminal de conductas para lograr un cambio estable en los hábitos alimentarios para que pueda cumplir la dieta que haya elegido sin volver a engordar al alcanzar el peso deseado. Desde Febrero

2008 el doctor Scharovsky ha comenzado a instruir a los mejores profesionales en su área, habilitándolos como Terapeutas autorizados de Banda Gástrica Virtual.

Bajar de peso y no volver a engordar ¿es posible?

Todos los que tenemos problemas con la balanza hemos bajado una o muchas veces de peso. Pero, sin embargo, estamos gordos y casi podría afirmar, cada vez más gordos.

¿Por qué? ¿Qué hemos hecho mal?

Razonémoslo: Si un ladrón de carteras, de bolsos, que lo único que sabe hacer para vivir va a parar durante un mes, un año o cinco años a la cárcel ¿Qué va a hacer al día siguiente de salir en libertad?.. ¡Robar carteras!

Si los gordos no conseguimos modificar nuestra relación con la comida, nuestra voracidad, nuestra obsesión, volveremos a engordar al concluir cada dieta.

¿Y qué hacemos los obesos cuando nos ponemos en dieta? Nos internamos voluntariamente en una cárcel donde nos «portaremos bien» por un tiempo. Lo primero que preguntamos al entrar es: «¿Cuándo se sale? ¿Cuánto tardaré en bajar estos x kilos?» y comenzamos, como los presos, a marcar en la pared los días que nos faltan para volver a comer como antes.

Y así nos va...

## UN PROBLEMA CULTURAL

La primera hazaña de un niño es avisar cuando desea orinar. Lo incitamos y lo festejamos y lo premiamos y logramos así que el niño aprenda a reconocer las señales que le envía su vejiga cuando está llena. Y repite su éxito cuando nos avisa que quiere hacer «popó» y escucha, entonces, a sus intestinos.

**Pero ¿qué sucede cuando el niño nos dice «No quiero comer más? Ya estoy lleno»**

No lo permitimos. Le pedimos o le ordenamos o lo chantajeamos o... todo lo que usted se le ocurra. Inclusive le decimos: «Si te comes todo esto (que ya nos dijo que no le entra) yo te premio con tu pastel favorito (o sea: con más comida)

O sea que le enseñamos, prolija y esmeradamente, a desoír a su estómago, a su cuerpo. ¡Y luego nos asombramos cuando no reconoce la saciedad!

Y hemos elaborado toda una ideología a partir de estas actitudes: «La comida no se tira», «El plato debe quedar limpio», «No puedes negarte si te convidan algo, es de mala educación», «En el mundo hay mucho hambre, por eso tú debes comértelo todo». Aprendemos a comer hasta que se acaba la comida o hasta que no cabe más.

Y siempre «cabe más». Aunque sea este pedacito.

## Qué es la Banda Gástrica Virtual<sup>®</sup>

Es la utilización práctica de los recursos que facilita la Hipnosis y la Reprogramación Subliminal. Se coloca a los pacientes en una sesión grupal en una relajación hipnótica cómoda y profunda y se implanta en su inconsciente la sugestión de que el estómago ha sido achicado. Antes de eso se explican los fundamentos de los cambios de conducta que deberán hacer y que les permitirán, sin esfuerzo, alcanzar la saciedad, esa desconocida posibilidad, para los gordos, de sentirse satisfechos aunque aún quede comida.

Además se les entregan dos grabaciones para que escuchen diariamente: una al dormir y otra durante el día. En esas grabaciones que son de Re-Hipnosis, se actualizan y refuerzan las instrucciones y sugestiones que se graban como nuevas consignas en el hemisferio cerebral derecho, en reemplazo de las implantadas desde la niñez.

Cuando los kilos a bajar son pocos (menos de 15 o 20) muchas veces es posible perderlos sin apelar a una dieta: simplemente eligiendo bien qué es lo que se come. Pero en todos los casos el tratamiento de BGV es complementario a cualquier dieta que un profesional le administre: le permitirá cumplirla sin esfuerzo, no acumular odio o deseos de revancha y no tener rebote al finalizarla.

## Para los profesionales que trabajan con obesos

Una y otra vez usted ha puesto lo mejor de sus conocimientos para lograr que sus pacientes bajen de peso y lo ha logrado. Pero luego ha visto con dolor como la mayoría de ellos abandonaban en el camino o al alcanzar su peso recuperaban rápidamente los kilos perdidos.

La Banda Gástrica Virtual® es perfectamente integrable a su tarea y le permitirá lograr que su trabajo no sea en vano. Estamos expandiendo esta moderna, revolucionaria y sencilla técnica formando TERAPEUTAS AUTORIZADOS DE BANDA GÁSTRICA VIRTUAL®. Ya hay 75 en Argentina, Uruguay, Venezuela, Colombia, México y España. Y usted puede ser uno de los primeros en acercarles esos beneficios a sus pacientes. Infórmese en [www.bandagastricavirtual.com](http://www.bandagastricavirtual.com), ver testimonios en [http://www.bandagastricavirtual.com/testimonios\\_sobre\\_bgv.htm](http://www.bandagastricavirtual.com/testimonios_sobre_bgv.htm)

Si usted tiene problemas con la balanza infórmese acerca de Qué es la BGV, cuales son sus Fundamentos, Cómo es un tratamiento, y quienes son los TERAPEUTAS AUTORIZADOS con quienes podrá atenderse. Tenga cuidado: como en cualquier tratamiento exitoso aparecen rápidamente quienes tratan infructuosamente de imitarlo, pero solamente nuestros TERAPEUTAS AUTORIZADOS cuentan con la preparación, el permiso y el aval para lograr que usted baje de peso y no vuelva a engordar.

Si usted es médico, psicólogo o nutricionista, o pertenece a alguna otra disciplina para ayudar a la gente a bajar de peso, aunque viva en otras ciudades de otros países, infórmese acerca de qué debe hacer para poder convertirse en un TERAPEUTA AUTORIZADO y poder brindarle a su pacientes, además de los métodos que ya conoce, un recurso basado en la HIPNOSIS y la REPROGRAMACIÓN SUBLIMINAL para no volver a engordar una vez alcanzado el peso deseado.

Queremos compartir orgullosos con ustedes el mail recibido el 16 de Diciembre de una de las Terapeutas formadas en nuestro viaje de Octubre-Noviembre 2008, apenas un mes después de su formación:

*“Escribo para comentarles que ya he instalado a 50 personas BGV y me ha ido maravillosamente bien en todos los sentidos, mucho trabajo, bien remunerado y lo mejor, llena de satisfacciones ya que mis pacientes salen motivados para seguir las consignas. Estoy muy contenta y agradecida”*

DRA. ALINA VALLE ROJAS.  
[ALINAVALLE@HOTMAIL.COM](mailto:ALINAVALLE@HOTMAIL.COM)

# Qué es la Banda Gástrica Virtual®

## Un enfoque psicológico del problema de la obesidad

Es posible que usted no haya tenido nunca problemas por exceso de peso, pero es improbable que entre sus familiares y amigos no existan personas que sufran de obesidad o que vivan en una eterna lucha contra la balanza, bajando y subiendo alternadamente de peso, con el sufrimiento y deterioro de la salud y la autoestima a la que conducen esas conductas.

Por esa razón, he resuelto iniciar este artículo al revés, por la conclusión. Luego y solo si el tema es de su interés, podrá usted informarse más ampliamente, leyéndolo.

## CONCLUSIÓN

Existe una infinidad de tratamientos para bajar de peso y la mayoría de ellos funciona.

Sin embargo, los gordos vuelven a engordar una y otra vez: ¿por qué?

Porque prácticamente todos alcanzan su objetivo en formas distintas de la PROHIBICIÓN, y esa prohibición engendra el DESEO, que se va acumulando aún más rápidamente que los kilogramos bajados, provocando un estallido final incontrolable. Y porque la naturaleza ha inscripto en el cerebro de casi todos los mamíferos un programa de recuperación de la masa corporal al final de cada sequía o período de hambruna.

La BANDA GÁSTRICA VIRTUAL® es un tratamiento psicológico de la obesidad que hace uso de todos los recursos de la HIPNOSIS y de la REPROGRAMACIÓN SUBLIMINAL, operando precisamente sobre el otro extremo del problema, sobre el deseo.

Y no solo disminuye el deseo de comer sino que se implantan en el inconsciente nuevas pautas de conducta frente a la comida.

Logra un viejo sueño de los gordos: Bajar de peso a partir de la disminución del deseo y de un cambio en las conductas. Puede ser acompañando una dieta o simplemente cuidándose en la elección de las comidas. Y no tiene rebote.

Además se logra la desidentificación del obeso con su tejido adiposo, de manera tal que nunca procure su recuperación tal como dijimos que marca la naturaleza.

Como utiliza grabaciones de INDUCCIÓN AL SUEÑO, también mejora o cura las alteraciones del descanso, logrando que muchos pacientes abandonen toda

medicación con tal fin y disminuye, a partir de un buen descanso, la ansiedad que en los obesos se traduce como HAMBRE.

No está enfrentado con otros tratamientos ni con los recursos quirúrgicos: al contrario. Facilita su éxito.

Y en los casos en que la obesidad sea consecuencia de razones psicológicas, es fácilmente integrable a un tratamiento psicológico que dilucide y solucione las causas de la misma.

En resumen: Se trata de un enfoque psicológico del problema, con la utilización de los recursos de la hipnosis y la re programación subliminal tendiente a obtener la baja del peso, no a partir de la prohibición externa, sino de la disminución del deseo, lo que evita el ciclo de recuperación de peso común a todos los otros tratamientos.

## Y AHORA SÍ, VAYAMOS AL DESARROLLO:

### **La obesidad: un problema mundial**

El problema de la obesidad se va expandiendo por el mundo de una manera alarmante: La cantidad de personas obesas en Europa y Asia Central se triplicó en las últimas dos décadas según los registros de la Organización Mundial de la Salud. Si la tendencia no varía, en el año 2010 uno de cada diez niños y uno de cada cinco adultos, serán obesos.

De acuerdo con un informe del Parlamento Europeo, se calcula que unos catorce millones de niños de los estados miembros tienen sobrepeso mientras que otros tres millones son obesos. En algunas regiones de Europa, hasta el 27 % de los hombres y el 38 % de las mujeres son obesos.

En Estados Unidos, el sobrepeso y la obesidad en conjunto representan la segunda causa de muerte que se puede prevenir. El Jefe del Servicio de Sanidad de Estados Unidos (US Surgeon General) ha declarado que el sobrepeso y la obesidad han alcanzado proporciones epidémicas en ese país. El 15 % de los niños entre 6 y 19 años de edad tienen sobrepeso. Los funcionarios de salud pública afirman que la falta de actividad física y una dieta no equilibrada están alcanzando los niveles del tabaco como amenaza significativa a la salud. En la actualidad, se considera que aproximadamente el 33 % de las mujeres y el 28 % de los hombres tienen un exceso de peso grave. En ese país, la obesidad en los niños ha aumentado un 40 % en los últimos 20 años según el estudio hecho por el «Centro Nacional de Estadísticas en Salud» donde se determinó que el 25 al 30 % de los niños americanos presentan obesidad. Según diferentes estadísticas entre el 33 y el 42 % de la población adulta de Estados Unidos tiene exceso de peso.

En la Argentina, según la Primera Encuesta Nacional de Nutrición y Salud presentada en el 34o Congreso Argentino de Pediatría de Diciembre 2007, el 50 % de las mujeres de entre 10 y 50 años presenta exceso de peso, mientras que el 20 % padece obesidad.

Lamentablemente nuestro país ocupa el segundo lugar en el nivel mundial, después de Brasil, en el consumo de anorexígenos, sustancias capaces de disminuir el apetito con el fin de producir disminuciones en el peso de quienes las ingieren. Los datos proceden del Informe Anual 2006 de la Junta Internacional de Fiscalización de Estupefacientes, presentado ante la Organización de las Naciones Unidas. El 1,18 % de los argentinos (unas 440.000 personas) consume diariamente estas sustancias, mientras que en Brasil el porcentaje alcanza al 1,25 por ciento.

Las pastillas son, a no dudarlo, el peor de los recursos. Los anorexígenos son estimulantes que suprimen el apetito o la sensación de hambre. Su consumo puede crear dependencia y, como estimulan el sistema nervioso central, su uso indiscriminado puede producir graves efectos nocivos. Además dificultan seriamente la bajada en dietas posteriores, cuando ya no se los usa.

## Cada obeso: un drama particular

Ser gordo es una grave carga en nuestra sociedad. Quienes no lo son, quienes nunca han tenido que luchar contra su apetito, quienes nunca han escuchado en un negocio de ropa que le digan «No tenemos tu talle», lo ignoran. Muchos han «comprado» la historia del «gordito simpático» desconociendo la historia patética que se esconde detrás de esa conducta, aprendida en la niñez, como un recurso extremo para ser – de alguna manera – aceptado entre los «otros», entre los flacos.

Debo aclarar que hablo en primera persona porque he sido gordo desde niño, hijo de hiperobesos, criado en un hogar donde siempre se hacía dieta (sin bajar por eso de peso) y he vivido toda mi vida en una constante lucha contra los kilos. He ganado muchos rounds pero siempre perdí la pelea. Fui el primer paciente de este método. Comencé a aplicarlo en mí el 7 de Enero del 2006. Para fin de Junio ya había bajado 15 Kg. Pero eso no es ninguna hazaña. Lo importante es que desde esa fecha, sin hacer nada especial, salvo elegir qué como, me he mantenido alrededor de ese peso.

Coloco mis fotos no solamente porque son las únicas que estoy autorizado a difundir, sino porque a los gordos no nos gustan los consejos de los que nunca han sufrido este problema: siempre tenemos la sospecha de que nos lo hacen desde un lugar de presunta superioridad y desde una sustancial incompreensión.

A quienes somos gordos, la naturaleza nos ha jugado una mala pasada, porque a nuestro lado conviven personas que comen igual o más que nosotros... ¡Y no engordan!

Esas personas comen cualquier cantidad, utilizan lo que su organismo necesita y el resto lo desechan sin consecuencias. Nosotros tenemos organismos ahorrativos: el

excedente no utilizado de calorías ingeridas lo «ahorramos» almacenándolo en forma de tejido adiposo. Incluso hay algunos entre nosotros que pertenecían al bando de los flacos hasta que pasó algo: Un parto, la menopausia, una rotura de meniscos, etc., y a partir de ese día todo cambió.

Nosotros, si colocamos en una balanza de dos platillos, en uno las calorías que ingerimos y en otro las que gastamos en la actividad diaria, tenemos que la única manera de bajar de peso es que las calorías ingeridas sean menos que las consumidas. Esto es una verdadera ley inmodificable para nosotros y no debemos olvidarlo nunca.

## Si ingerimos mas calorías que las que consumimos: engordamos

O sea que debemos comer menos. ¡Pero eso es lo que hemos hecho una y otra vez, en cada dieta que hemos emprendido y el resultado final es que estamos cada vez más gordos! ¿Cómo es posible?

## LAS DIETAS

Todos los obesos podríamos parafrasear a Mark Twain que dijo: «Dejar de fumar es muy fácil. Yo mismo he dejado de fumar, docenas de veces» ya que, en reiteradas oportunidades, hemos alcanzado el peso deseado y a continuación vuelto a subir. Con el agravante de que cada vez nos resulta más difícil bajar (nuestro cuerpo aprende a vivir con menos calorías durante tiempos de dieta) y a la vez recuperamos más velozmente los kilos perdidos. A tal punto es así, que un autor mexicano, registrando el hecho de que, cuantas más dietas hacemos más gordos estamos, escribió un libro titulado: «Las dietas engordan»

## RAZONES NATURALES

Casi todos los mamíferos cuentan con un recurso que les ha servido a través de toda la historia para sobrevivir a sequías y hambrunas: Cuando en la pradera, el bosque o el hábitat natural falta el alimento, los animales disminuyen su gasto calórico a niveles inimaginables, y además van perdiendo su peso hasta morir de inanición. Pero ¿Qué pasa cuando la sequía termina y vuelve a haber alimentos, con los animales que han sobrevivido, aunque estén muy flacos? Un mecanismo atávico que probablemente esté inscripto en el hipotálamo hace que cada uno recupere muy velozmente todo el peso perdido y algo más, como reserva adicional para futuras hambrunas.



Este mecanismo está presente en el género humano y es la explicación a ese fenómeno repetido de que, cuanto más enérgica ha sido una dieta, al dejarla, nos basta con «respirar hondo» y ya engordamos. Además, con cada dieta, nuestro cuerpo aprende cómo defenderse, o sea, como resistir la «hambruna» y como recuperarse (reengordar) más rápidamente.

## RAZONES PSICOLÓGICAS

Cuando los gordos comenzamos una dieta, lo primero que preguntamos es: «¿Cuándo se sale?», o sea, ¿Cuándo podremos volver a comer de todo? Nuestra actitud es la misma que si hubiéramos entrado en una cárcel o en un sanatorio. Y nos comportamos como presos que van anotando en la pared de su celda la cantidad de días que le faltan para la ansiada libertad. Y maquinamos venganzas y fantaseamos atracones. La clave de toda dieta es la prohibición y según describió Lacán: «La prohibición engendra el deseo».

Y continuamos acumulando presión, hasta que un día algo sucede: la balanza no responde, o nos peleamos con alguien o alcanzamos un determinado peso o se enferma un ser querido, o... (Complete usted con lo que desee) y llegamos a un punto de quiebre que yo bauticé como el punto del «Ma' sí», porque decimos: «Ma' sí, me cansé. Ahora como y el lunes arranco de vuelta». Y luego decimos «El día ya está perdido» y entonces, todo vale. Comemos cuanto cosa encontremos, en cualquier orden y en cualquier cantidad. Y el alud se precipita, y la bola de nieve no hace sino aumentar y si el lunes recomenzamos el martes volvemos a suspender y... Otra dieta más para nuestra historia. Y si bajamos cinco kilos en un mes y medio engorda- remos siete en apenas dos semanas.

Podríamos comparar comer con comprar con una tarjeta de crédito. Porque en ambos casos hay una distancia entre el momento del placer (comprar, comer) con el del displacer: pagar el resumen, subirse a la balanza. Supongamos que usted ha decidido cuidarse estrictamente en los gastos porque está sobregirado, pero que se tentó y en un shopping se acaba de comprar un costoso par de zapatos. ¿Cuál es su reacción natural? Seguramente comenzará a devanarse los sesos para ver en qué puede ahorrar como una forma de compensar y minimizar las consecuencias de su exceso. Seguramente no se le ocurriría decir: «Ma' sí: la semana ya está perdida» y a continuación comprarse cinturones, carteras, etc.

Y de esa manera obramos los obesos. ¿Estamos locos? No. La razón es que nos comportamos como los presos a cadena perpetua. Si un condenado a cadena perpetua logra escaparse y sabe que inevitablemente lo van a detener en pocos días ¿Porqué se privaría de hacer nada malo? ¿Por qué dejaría de robar, tomar, violar? Si igualmente lo van a detener y devolver a la cárcel y su condena no puede ser mayor.

## La cirugía

La banda gástrica ajustable es un excelente recurso quirúrgico que consiste en dividir el estómago en dos partes, como si fuera un reloj de arena, con una banda o aro que puede ser ajustado aún más desde fuera, de tal manera que la parte que finalmente funcionará como receptor de los alimentos no resulte más grande que dos huevos duros.

A partir de ese momento el estómago comienza a funcionar como un reloj de arena: Se llena la parte superior con muy poca comida y se torna imposible incorporar más. Solo cuando esta comida es digerida puede atravesar el ajustado camino que permite la banda gástrica.

Aún así, hay un porcentaje de pacientes que no adelgazan y aún que engordan. ¿Por qué? Porque desaparece el lugar adonde «poner» la comida pero continúa intacto el apetito. Por- que, contrariamente a lo que la gente supone, el «hambre» no está en el estómago sino en nuestra cabeza. Y entonces comienzan a comer helados, cremas, etc., llegando en algunas oportunidades a licuar la pizza para digerirla velozmente y poder continuar ingiriéndola.

Por esa razón es que auné mis conocimientos de PSICOLOGÍA, de HIPNOSIS y de RE PROGRAMACIÓN SUBLIMINAL a mi larga experiencia como OBESO para diseñar un tratamiento psicológico que atacara la obesidad no solamente como uno más de los muchos tratamientos para bajar de peso, sino como el mecanismo conducente a no volver a engordar luego, debido a la incorporación al inconsciente de nuevas pautas de conducta frente a la comida. El resultado es la BANDA GÁSTRICA VIRTUAL<sup>®</sup>, un recurso terapéutico que se puede sumar a cualquier tratamiento exitoso para bajar de peso a fin de lograr que el paciente no vuelva a engordar al terminarlo.

## La Banda Gastrica Virtual<sup>®</sup>

La Hipnosis clínica aplicada por los psicólogos no se parece al espectáculo al que nos tienen acostumbrado el cine y la televisión. Se trata de un estado muy placentero de relajación, donde los pacientes entienden y recuerdan todo y no llegan a estar inconscientes nunca, aunque por la disminución de algunas inhibiciones conscientes, alcanzan recursos y potenciales usualmente dormidos o inalcanzables, pudiendo de esa manera inscribir de manera muy profunda, ideas y convicciones, tal como sucedió en la primera infancia, cuando fuimos educados y formados por nuestros padres.

En una sesión que puede ser grupal o individual, los pacientes incorporan tanto consciente como inconscientemente nuestra filosofía y las consignas que se van a convertir en conductas automáticas frente a la comida, facilitándoles la pérdida de peso. Además se les entregan dos grabaciones que deberán escuchar al menos una vez al día. Una de las mismas es de inducción al sueño y deberá escucharla cada

noche al irse a dormir. En realidad se quedará dormido escuchándola, con lo que – adicionalmente – podrá solucionar casi todos sus problemas de insomnio o de mal descanso: muchos de nuestros pacientes, además de adelgazar, dejan de tomar ansiolíticos o hipnóticos para lograr descansar. La otra deberá ser escuchada en vigilia, al menos una vez al día. La reiteración diaria de las consignas permite su inscripción en el in- consciente y su reaparición en la conciencia como surgida desde adentro.

O sea que no hacemos más gruesos los barrotes de la celda: logramos que la modificación de las conductas frente a la comida sea una decisión autónoma, evitando así esa presión acumulativa que conduce inevitablemente a las recaídas.

La consecuencia esperable es una disminución drástica del apetito a menos del 50%. Por supuesto que esto no garantiza, de por sí, la baja de peso a menos que sea acompañada de correctas elecciones. Y así se puede lograr el viejo sueño de los gordos: bajar de peso sin seguir una dieta estricta: «cuidándose».

## No competimos con nadie

Nosotros no damos dietas, porque no somos médicos. Lo que brindamos es la herramienta que le va a permitir a nuestros pacientes cumplir sin esfuerzos con la dieta que hayan elegido. La disminución del apetito tiene como consecuencia que el paciente se sienta satisfecho con la ración autorizada.

También aquellos que han sido sometidos a alguna cirugía pueden encontrar en este tratamiento el recurso que les permita no sufrir más por la disminución de comida.

## Pero eso, a veces no alcanza

Muchas veces la obesidad, como gran cantidad de enfermedades psicosomáticas como la impotencia, las fobias, las jaquecas, etc., son la expresión de profundos problemas psicológicos y no la mera consecuencia de malos hábitos adquiridos.

En tales casos este tratamiento no es suficiente. Inclusive a veces, sirve como un test para desnudar que el paciente, de verdad, quiere, necesita estar gordo. En tales casos será imprescindible ahondar en su historia y eso no se logrará, por supuesto con este tratamiento, sino con el auxilio de la psicología y un profesional avezado. Si el paciente decide utilizar la hipnosis regresiva, el problema puede llegar a solucionarse en muy pocas sesiones.

## ¿Qué nos ofrece de nuevo la Banda Gástrica Virtual®?

¿Por qué se supone que esta vez el adelgazamiento será para siempre?

La OBESIDAD es un verdadero flagelo que azota a nuestra sociedad y que afecta de manera directa o indirecta a todas las familias.

Los que tenemos problemas con la balanza hemos hecho toda clase de dietas y hemos tenido éxito en muchas ocasiones, pero una y otra vez hemos recuperado con creces los kilos perdidos hasta caer en el desánimo y la resignación.

Los obesos y los gordos tenemos organismos ahorrativos: si las calorías que ingerimos exceden a las que consumimos en la actividad diaria inevitablemente aumentamos.

El único mecanismo real para bajar de peso consiste en consumir menos calorías que las que quemamos en la actividad diaria, de tal manera que nuestro organismo se vea obligado a recurrir a las reservas que tenemos almacenadas en forma de grasa. O sea: Comer menos.

Pero esto es lo mismo que hemos hecho una y otra vez, obteniendo exitosos resultados transitorios que resultaron fracasos en definitiva, ya que en períodos cada vez más breves recuperamos esos kilos bajados.

Razonémoslo: Las dietas funcionaron, lo que no funcionó fue el intento de sostener los resultados.

**¿Por qué?**

## **Qué hacemos cuando nos ponemos en dieta**

Aceptamos una restricción de lo que querríamos comer y nos aferramos como un preso a los barrotes de su celda, mirando hacia afuera, contando los minutos y los segundos que nos faltan para recuperar la ansiada libertad. Lo primero que preguntamos al iniciar una dieta es: «¿Cuándo se sale?».

Nos sentimos miserables. Muchas veces eso se suma a la parte culpógena que llevamos dentro y nos sumamos interiormente a aquellos que nos desprecian y marginan por ser gordos.

Y juntamos rabia y rencor. Cada bocado del que nos privamos es anotado prolijamente en nuestro inconsciente que lleva la cuenta a la manera de un prestamista: «Me debés un chocolate» anota. Y a medida que pasan los días esos deseos de comer lo prohibido se van acumulando y reforzando a la manera de las aguas de un dique cuyas débiles paredes están formadas por esos pocos gramos que a veces nos regala la balanza.

Y así como un dique se resquebraja cuando la presión aumenta, comenzamos a tener conductas desprolijas, a picar, a probar, a decir «Total, un poquito ¿Qué me va a hacer?» y luego: «Ma' sí, el día ya está perdido. El lunes recomienzo»

Y el dique se rompe. Y el prestamista se declara usurero. Y el alfajor que le «debíamos» hay que pagarlo con una caja de alfajores. Y así... El resto es historia conocida para los gordos: Un fracaso más en nuestra historia y van...

## Pero todo cambia con la hipnosis

Utilizando los recursos que nos brinda la hipnosis, en la BANDA GASTRICA VIRTUAL® trabajamos sobre la fuente del problema, haciendo que disminuya drásticamente el deseo de comer, haciendo que nuestra mente (en donde está radicado verdaderamente el problema) se satisfaga con mucha menor cantidad de alimentos, tal y como sucedería si hubiéramos achicado el estómago a menos de la mitad de su volumen útil.

Enseñamos e implantamos nuevos hábitos de alimentación. Logramos alcanzar la saciedad, ese concepto que a los gordos nos suena casi misterioso: «¿Cómo puede ser que alguien diga que no a un plato de comida salvo que en el estómago no quepa más?»

Por primera vez en nuestras vidas comenzamos a sentirnos satisfechos con cantidades mucho menores de alimento. De hecho, la cantidad total de comida con la que nos satisfacemos baja a menos de la mitad de las cantidades anteriores.

No hacemos más gruesos los barrotes de la celda, logramos que quien está dentro de la celda no se sienta preso y no esté pensando todo el día en escaparse. Y así como hay detenidos que «aprovechan» su paso por un penal para estudiar y se reciben de abogados o de alguna otra carrera, logramos que el gordo deje de pensar todo el día en la comida: Los obesos gastamos enormes cantidades de energía en luchar contra la comida, nos pasamos pensando en qué comemos, qué no comemos, cuando, donde, de qué manera. Dejar de pensar todo el día en ese tema nos libera grandes cantidades de energía que nos quedan disponibles para otras actividades: para el estudio, para el trabajo, el amor, la diversión.

Usamos la hipnosis para implantar en el inconsciente consignas de salud, de cómo alimentarnos, de cual es el lugar que la comida debe ocupar en nuestras vidas. Además entregamos grabaciones de re hipnosis para ser escuchadas diariamente, donde mediante la utilización práctica de la re programación subliminal esas consignas se inscriben en lo profundo del inconsciente y de esa manera logramos que el efecto se incremente con el paso de los días en lugar de disminuir.

## Cómo ayuda la BGV en todos los casos

La BANDA GASTRICA VIRTUAL® no está enfrentada con ningún tratamiento que usted esté haciendo o piense hacer para bajar de peso, en realidad los complementa para lograr que funcione la fase dos, la de sostener en el tiempo los resultados obtenidos.

En el cuadro siguiente veremos cuales son todas las alternativas que existen para bajar de peso y de qué manera colabora la BGV. Hemos omitido las que incluyen toma de medicamentos porque solo sirven para empeorar a los pacientes.

## **Tratamientos detalle características ayuda de la BGV**

AUTÓNOMOS Cuidarse. Elegir Todos los gordos sabemos qué engorda y qué no. Personalmente, prefiero este sistema ya que la HIPNOSIS logra que el deseo disminuya enormemente. Pero no somos todos iguales y no es para todo el mundo, porque puede resultar muy peligrosa. Si usted la intenta con ayuda de la BGV y se excede, lo mejor que puede hacer es recurrir a una dieta escrita a la cual ceñirse. Es la mejor combinación cuando el exceso de peso no es demasiado y no se hacen trampas.

Yo bajé más de 15 kgs. y me mantengo cómodamente.

La cantidad total de comida a ingerir se achica a menos de la mitad, pero el resultado se obtiene solamente a partir de la elección correcta.

Especialmente recomendable para aquellos que puedan autocontrolarse a partir de una disminución del deseo.

## **DIETAS EQUILIBRADAS**

Usted seguramente tiene algunas y nosotros le facilitaremos otras.

Pruebe con la que un día le funcionó, porque ahora podrá cumplirla. Desconfíe de las milagrosas: Si se hubieran inventado el autor sería más conocido y tendría más millones que Bill Gates.

Hay dietas abiertas (para que Ud. arme cada comida según pautas) y cerradas: con menús fijos para cada día. Es una combinación ideal, sobre todo cuando el sobrepeso es grande.

La HIPNOSIS logrará que las porciones le resulten satisfactorias y que no acumule bronca. En lugar de los permitidos de otras dietas preferimos las miniporciones en el mismo momento en que el deseo se disparó.

Si se prolonga en su uso es indispensable que controle su salud con un médico

## DIETAS DE SHOCK

(Proteica, Sopa de Cebolla, etc.). Son aquellas destinadas a obtener resultados visibles en períodos muy breves de tiempo.

Son útiles para dar un empujón, pero son muy desequilibrantes y no deben mantenerse durante mucho tiempo. Es imprescindible estar controlado médicamente. Bajar de peso es una maratón, no una carrera de velocidad. Pero a veces uno elige acelerar un pequeño tramo. Su peligro disminuye si no pretende bajar todos los kilos que necesita con ese sistema.

## MÉDICOS DIETAS USUALES

(1000-2000 cal.) No son espectaculares y es mejor que así sea ya que quedan menos señales en el cuerpo cuando la bajada es paulatina. Su mayor contra es el desánimo que cunde por las razones expuestas. Son preferibles las que prevén la posibilidad de hacer «permitidos» Usted ya lo intentó antes, pero esta vez funcionará gracias a la BGV. Las porciones le resultarán satisfactorias, se le implantará la consigna de cumplir con la dieta con alegría y se trabaja desde el primer día para el mantenimiento.

## DIETAS ENÉRGICAS

(600 calorías). Su aplicación estricta logra que desaparezca la sensación de hambre, que regresa de manera insoportable frente a la menor transgresión. Es casi imposible de sostener en la vida diaria si no se cuenta con bandejas con porciones medidas para no excederse.

La BANDA GÁSTRICA VIRTUAL logra que las porciones no le resulten tan magras y que su atención no esté concentrada en el momento de la «venganza», por lo que aumentan las probabilidades de sostener lo alcanzado.

**Cirugía.** Se aplica sólo a grandes excesos de peso. En realidad se achica el estómago pero se mantienen intactas las ganas de comer que nacen en la cabeza. Es el complemento ideal, ya que logra disminuir el deseo lo que hace que los mismos resultados se alcancen, pero sin sufrimiento.

En todos los casos:

- Escuchar diariamente las grabaciones
- Cumplir fielmente con las consignas (bajar cubiertos, plato chico, etc.)

- Evitar los alimentos a los cuales sea adicto y los tenedores libres o buffetes.
- Si un alimento lo tentó, comer una MINIPORCIÓN degustándola, reteniéndola en la boca todo lo que pueda. No tema: es su vacuna contra el rebote. Pero tampoco abuse.
- En la BANDA GASTRICA VIRTUAL la MINIPORCION DEGUSTADA reemplaza al PERMITIDO.
- Concurrir con la periodicidad requerida y por lo menos una vez al mes a las reuniones de CONTROL DE PESO Y REFUERZO HIPNÓTICO que realizan nuestros Terapeutas Auto- rizados.
- A los 90 o 120 días, deberá concurrir a un nuevo TALLER DE IMPLANTE donde se le cambiarán las consignas y las grabaciones, para evitar el acostumbamiento.
- Como se dará cuenta, la BANDA GASTRICA VIRTUAL<sup>®</sup> puede ayudarlo, cualquiera sea el camino que usted haya elegido para solucionar su problema.

## Un tema muy importante que hemos dejado pendiente

Otra forma de modificar la relación ingesta-gasto de calorías es aumentar la actividad física. O sea: hacer ejercicio, moverse, romper el sedentarismo, bailar, caminar, hacer el amor, jugar. No sólo ayuda a bajar de peso sino que mejora la calidad de vida.

Pero aprendimos de muy jóvenes que «El que mucho abarca, poco aprieta» y hemos preferido concentrar este primer período de nuestro proceso en lo que comemos y demorar para el Segundo Taller que deberá tomar a los 90 o 120 días, el tema del movimiento. Pero usted no espere: comience a moverse más desde hoy, desde ahora mismo.

Adelante y ¡BUENA SUERTE!