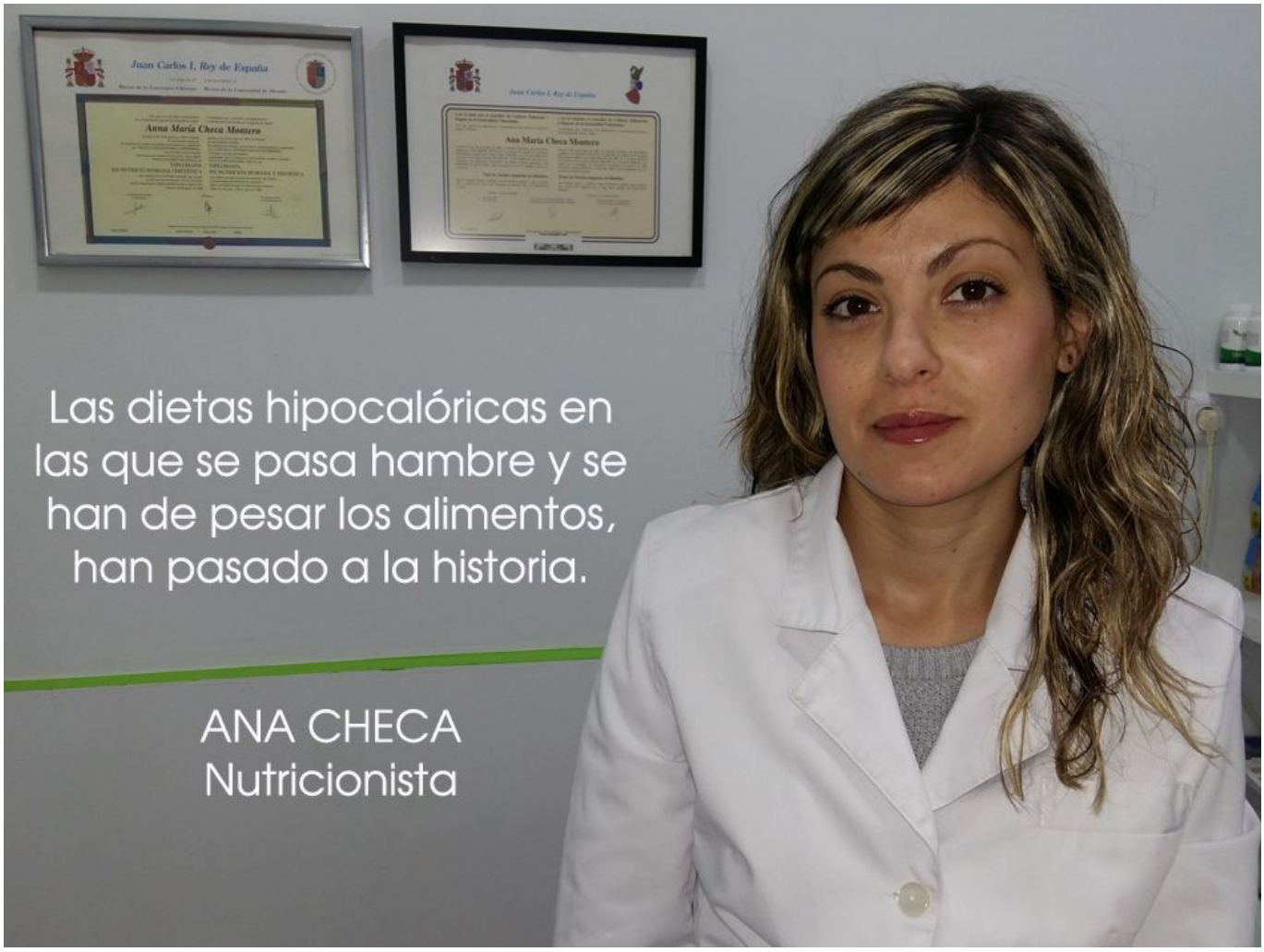
Ana Checa, referente provincial en pérdida de peso, imagen y salud

05/04/2016



La clínica está situada en la avenida de Madrid 60, la clínica de nutrición e imagen corporal de la nutricionista Ana Checa cumple un año convirtiéndose en centro de referencia en las dietas personalizadas. Hace ahora un año que abrieron las puertas de la clínica de Ana Checa y desde entonces varios cientos de pacientes han sido los que han pasado por las manos de esta diplomada universitaria que ha revolucionado el panorama provincial en dietética y la nutrición. Hablamos con ella para que nos cuente algo más sobre su centro.

¿Es cierto que vienen pacientes desde Alicante, Almansa o incluso Valencia?

Afortunadamente sí, no hay nada como que pacientes tuyos te recomienden y eso hace que se corra la voz. Además, con el formato de dietas on line he podido tratar pacientes de San Sebastián, Sevilla o León.

¿Y qué tienen sus dietas de especiales?

En primer lugar son personales y adaptadas a los gustos

de mis pacientes. Además rompo con tendencias tradicionales como tener que pesar los alimentos o reducir en exceso las cantidades. Me baso en los últimos estudios científicos avalados por metanálisis en lo que se refiere a la alimentación humana.

Hoy en día, para perder peso no podemos exigirle al paciente más compromiso que el que ya conlleva hacer dieta. Si encima le hacemos pasar hambre y tener que preocuparse de medir las cantidades de alimentos la dieta está condenada al fracaso.

Llevamos mucho tiempo investigando y estudiando modelos dietéticos que se adecúen a las necesidades y gustos de los pacientes para que en un futuro hacer dieta se convierta en un hábito alimenticio saludable para él, sin tener que estar pendiente constantemente de lo que puede o no puede comer.

¿Hay otros servicios en su clínica?

Si, tratamos de ofrecer al paciente un plan integral de mejora de salud e imagen corporal. La *Criolipólisis* ha supuesto una revolución en cuanto al tratamiento de la grasa localizada. La *Fotodepilación* de última generación nos permite eliminar el vello corporal en menos sesiones y la *Fototerapia* busca una eliminación de las manchas o tatuajes y el rejuvenecimiento de la piel.

Criolipólisis... suena muy innovador.

Llevamos ya algunos meses ofreciendo este tratamiento en exclusiva para la zona de Elda y Petrer. Está indicado para personas con grasa muy localizada. Son muy pocas sesiones y el tratamiento es indoloro. Funciona «atacando» al adipocito a una temperatura baja de 4 grados, dejándolo inhábil para el cuerpo por lo que se elimina en forma de desecho.

¿Las dietas on line funcionan?

Está en función de la persona. Tengo pacientes de toda España, muy comprometidos que han logrado perder muchos kilos sin tener que desplazarse a la consulta. La clave está en ser constante con el planteamiento dietético que se les ofrece.

¿Qué es lo mejor y lo peor de su trabajo en la clínica?

Lo peor es sin duda ver venir a pacientes desesperados por perder peso y que además vemos que esa situación repercute negativamente en su salud. Trato de empatizar con ellos porque sé que se pasa realmente mal. Y lo mejor está cuando se le da de alta a un paciente después de unos meses de tratamiento y reconoce todo el esfuerzo que hemos hecho.

Vemos que está integrada en el cuadro médico de Sanitas.

Sí, actualmente mi equipo de nutricionistas y yo pasamos consulta en la clínica Maisonnave de Alicante para los asegurados de Sanitas. Es todo un lujo poder formar parte del cuadro asistencial de esta compañía tan importante en el mundo de la salud. Es una gestión compleja, pero estamos tratando de poder ofrecer lo antes posible en mi clínica de Petrer este servicio a los asegurados de Sanitas de la zona.

¿Qué planes de futuro tiene?

De momento trato de poder atender adecuadamente a todos mis pacientes para ofrecerles el mejor servicio posible. Además, al estar integrada en el cuadro médico de Sanitas hay diferentes proyectos abiertos como la integración como Nutricionista titular en un nuevo servicio de reproducción asistida en Alicante o la ampliación de mi modelo dietético a otras clínicas de la provincia de Alicante.