

Dr. Alfredo Halpern

Autor de Pontos para o gordo

Claudir Franciatto

DESTA VEZ EU EMAGREÇO!

As peripécias de um gordo em busca do emagrecimento
até chegar ao **BALANÇO DE PONTOS**



NOVO SISTEMA DE
**BALANÇO
DE PONTOS**



Resumo de Desta Vez Eu Emagreço!

Os padrões atuais de beleza nos ensinam que é preciso ser magro para ser feliz. Se há exageros nos paradigmas estéticos, não há como negar que gordura é prejudicial à saúde.

Em *Desta Vez Eu Emagreço*, Alfredo Halpern, autor do sucesso *Pontos para o gordo*, e o jornalista Claudir Franciato desmistificam com humor e conhecimento científico os métodos "milagrosos" de emagrecimento e ensinam como perder peso, sem perder a saúde.

Desta Vez Eu Emagreço traz dicas importantes de como e o que comer, de modo a manter a saúde e a forma física. Numa linguagem agradável e acessível, os autores mostram, ainda, que a globalização atinge também os regimes alimentares e que os brasileiros cada vez mais copiam os erros nutricionais de outros povos.

Halpern, um dos mais importantes endocrinologistas do país, e Franciato analisam o fato de que hoje há mais brasileiros obesos do que subnutridos. E em uma sociedade em que os obesos são desprezados e apenas os padrões estéticos da magreza valorizados, as pessoas que vivem acima do peso são vítimas fáceis de todo tipo de charlatão.

O jornalista, escritor e conferencista Claudir Franciatio, desde a infância uma vítima do excesso de peso, experimentou todos - sim, todos esses métodos ditos milagrosos. Se conseguiu emagrecer? É claro, mais de 300 quilos, que sempre voltavam após algum tempo.

E a saúde foi para o espaço. Claudir teve muitos problemas graças a esses métodos enganosos e chegou a ser internado para livrar-se de uma dependência de moderadores de apetite à base de anfetaminas.

O livro é dividido em duas partes. Na primeira parte, Claudir relata, de forma bem-humorada, seu périplo de muitos anos rumo ao tão sonhado emagrecimento. Conta todos os problemas que teve em decorrência desses tratamentos e consegue, mesmo sofrendo muito, rir de todos eles.

Cansado, Cláudio decidiu pesquisar a sério e procurou o Dr. Halpern. Além de começar um tratamento que, agora sim, está funcionando, os dois decidiram trabalhar juntos. Halpern, então, na segunda parte de *Desta Vez Eu Emagreço*, explica por que cada um dos métodos usados por Cláudio não deu certo e apresenta as mais recentes descobertas científicas no campo da obesidade.

Na última parte, explica como, através do Novo balanço de pontos, um método desenvolvido por ele, é possível conseguir uma real redução de peso, sem demagogia ou promessas milagrosas. Um livro que explica toda a gravidade deste problema de saúde que a cada dia afeta mais e mais brasileiros.

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)