



DR. ÓSCAR JUNCO  
CIRUGÍA PLÁSTICA Y ESTÉTICA

NOTA DE PRENSA

---

## OBJETIVO: RECUPERAR LA FIGURA TRAS LOS EXCESOS NAVIDEÑOS

*OJ-DIET es la línea de complementos nutricionales y productos dietéticos del Dr. Junco que te ayudará a adelgazar más fácilmente esos kilos que has ganado durante las fiestas*



Sin duda las comidas navideñas están deliciosas pero los excesos durante las fiestas acaban pasando factura. Los platos copiosos y los dulces navideños (turrónes, mazapanes, mantecados, polvorones y un largo etcétera) terminan por hacernos ganar unos kilos y con la llegada de enero el objetivo es volver a nuestro peso ideal. Con la línea de suplementos nutricionales y productos dietéticos OJ-DIET del Dr. Junco nos será más fácil recuperar la línea después de los atracones navideños.

**OJ-DIET** es la línea de suplementos y productos dietéticos diseñada por el **Dr. Óscar Junco** que te ayudará a perder esos kilos de más que has ganado durante las fiestas navideñas. Con los productos **OJ-DIET**, **hábitos de vida saludables y ejercicio**, podrás recuperar tu figura y llegar con tu peso ideal a la primavera más fácilmente.

---

Para más información y material gráfico:  
Gabinete de prensa **Dr. Junco, Cirugía Plástica y Estética**  
Natalia Merino [natalia@drjunco.com](mailto:natalia@drjunco.com) Móvil: 671 422 519



Los tentempiés **OJ-DIET** son **bajos en calorías y altos en proteínas. Además, tienen efecto saciante**, por lo que son ideales para tomar como complemento a media mañana y a media tarde y, así, evitar que comas otros dulces o snacks hipercalóricos y nada saludables que arruinarían tu dieta post-turrón y tu propósito de adelgazar unos kilos. El precio medio es de 12€/día.

Tienen diferentes texturas y sabores para adaptarse a todos los paladares, y son perfectos para llevar en el bolso, a la oficina, de fin de semana... Podrás elegir entre complementos alimenticios como bebidas o cápsulas para ayudarte en tu objetivo (Piernas Ligeras Complex y Drena Complex) y los tentempiés **OJ-DIET** en forma de deliciosos snacks hipocalóricos listos para comer, como **galletas de chocolate y vainilla o barritas crujientes de fresa y chocolate blanco**, o líquidos como **la bebida sabor capuchino**, que te saciarán y, además, te encantarán por su sabor.

Según cada caso, el **Dr. Junco**, diseñará una dieta personalizada más o menos restrictiva, dependiendo del tiempo que disponga el paciente, la cantidad de peso que quiera perder y sus ganas.

#### Por ejemplo, **¿Cómo adelgazar 5kg con OJ-DIET?**

El plan para adelgazar 5kg con **OJ-DIET** consiste en combinar la línea de suplementos y productos dietéticos **OJ-DIET** con la dieta proteica que propone el **Dr. Junco**. La dieta se centra en controlar la ingesta de los diferentes grupos de alimentos y reducir los hidratos de carbono en las comidas principales.

El objetivo es perder hasta 5kg en 2 meses, de forma controlada y bajo supervisión médica para llegar perfecta a la primavera. Con el plan **OJ-DIET** se logrará una pérdida ponderada de peso en un período de tiempo relativamente corto pero siempre estando bajo el control de un médico. Una vez alcanzada la meta, el objetivo será reeducar al paciente para que adquiera unos nuevos hábitos alimenticios, sin excesos, y así, no volver a recuperar el peso perdido en el futuro.

El plan para adelgazar con esta dieta proteica y los tentempiés **OJ-DIET**, no es muy restrictivo y se adapta a cada paciente según su ritmo de vida diario, actividades sociales y deporte. Gracias a su larga experiencia, el **Dr. Junco** puede ofrecer un plan totalmente personalizado, dependiendo de las necesidades y ritmo de vida social y laboral de cada paciente.



DR. ÓSCAR JUNCO  
CIRUGÍA PLÁSTICA Y ESTÉTICA

**SOBRE DR. ÓSCAR JUNCO, CIRUGÍA PLÁSTICA Y ESTÉTICA:**

El **Dr. Óscar Junco Polaino** lidera un equipo formado por profesionales altamente cualificados y de reconocido prestigio que trabajan conjuntamente para la mejora de la salud y belleza de sus pacientes manteniendo el equilibrio entre la armonía física, el bienestar y la salud.

La combinación de su experiencia, tecnología y práctica quirúrgica actualizadas convierten al equipo en un referente de eficacia y calidad, logrando los mejores resultados en el marco del prestigioso **Hospital CIMA** de Barcelona.

El **Dr. Junco** y su equipo ofrecen una atención totalmente personalizada y una relación directa con los pacientes desde la primera visita que es totalmente gratuita y donde se informará de las soluciones para resolver cada problema.

Especialistas en cirugía mamaria, cirugía estética facial y corporal, tratamientos de medicina estética, rejuvenecimiento facial mínimamente invasivo, dietas de adelgazamiento y cirugía íntima.

**Hospital Cima** - Passeig Manuel Girona, 33 Barcelona

**Centre Mèdic Digest** – C. Dels Arbres, 53 Badalona

**Número Teléfono gratuito general: 900.649.101**

**Número Teléfono 24h (llamada y Whatsapp): 638.76.76.36**

[www.drjunco.com](http://www.drjunco.com)

**Webs:**

[www.drjunco.com](http://www.drjunco.com)

[www.aumentopecho-drjunco.com](http://www.aumentopecho-drjunco.com)

[www.medicinaestetica-drjunco.com](http://www.medicinaestetica-drjunco.com)

[www.cosmeticsurgery-spain.com](http://www.cosmeticsurgery-spain.com)

[www.ojmagazine.es](http://www.ojmagazine.es)



DR. ÓSCAR JUNCO  
CIRUGÍA PLÁSTICA Y ESTÉTICA

Redes sociales:



DR. JUNCO, CIRUGÍA PLÁSTICA Y ESTÉTICA



@Dr\_OscarJunco



DrOscarJunco



dr\_oscarjunco



droscarjunco



---

Para más información y material gráfico:  
Gabinete de prensa **Dr. Junco, Cirugía Plástica y Estética**  
Natalia Merino [natalia@drjunco.com](mailto:natalia@drjunco.com) Móvil: 671 422 519