

Convirtiendo la tragedia en triunfo

A menudo la gente me pregunta cómo, siendo hombre, me comprometí tanto con el mejoramiento de la calidad de la vida de las mujeres. No fue hasta que cumplí cuarenta años que me di cuenta de qué me había iniciado en la trayectoria que se convertiría en la pasión de mi vida.

Una mañana, hace más de treinta y siete años, me desperté con el paso del bus escolar. Tenía trece años, vivía en casa con mis dos hermanos menores y nuestra madre, Doris Joy Heavin. Acababa de cumplir cuarenta años. Era la dedicada madre de cinco hijos y había luchado con problemas emocionales y físicos la mayor parte de su vida. Sus médicos le habían recetado una serie de medicamentos, con pocos beneficios.

Mientras me despertaba con el sonido del bus escolar que pasaba, mi hermano Paul entró y me dijo que me apresurara porque mamá estaba enferma. Cuando me arrodillé junto a su cama, pude sentir la ausencia de calor. Puse mis brazos alrededor de ella, primero para buscar señales de vida, y luego como un abrazo final. Abracé a mis hermanos menores, de ocho y nueve años de edad, y con delicadeza les dije que nuestra madre estaba en el cielo.

Su muerte premature fue innecesaria. La elevada presión arterial que contribuyó con el coágulo de sangre que cegó su vida fue innecesario. En vez de medicar los síntomas, podía haber tratado la causa de su elevada presión arterial. Ahora sabemos que el ejercicio y una alimentación adecuada casi siempre aliviarán las causas de la hipertensión y la mayoría de las demás enfermedades crónicas.

Muchos años después, al dar una clase de acondicionamiento físico y pérdida de peso a un grupo de alrededor de cien mujeres, me di cuenta de que inconscientemente buscaba entre la multitud el rostro de mi madre. Tuve lo que se llamaría una epifanía. Fue entonces que me di cuenta de qué me había impulsado toda mi vida y cuál sería mi destino.

Deseo que ningún niño tenga que encontrar a su madre como yo encontré a la mía.

Gary Heavin

Epílogo: Gary Heavin y su esposa Diane son los fundadores de Curves, la franquicia de acondicionamiento físico más grande del mundo. Con más de 9.000 centros en todo el mundo y más de 4.000.000 de empleados, Curves es la franquicia de más rápido crecimiento de la

historia, según la revista Entrepreneur. Y a través de las franquicias Curves, los Heavin han creado oportunidades empresariales para más de 30.000 personas, un 90 por ciento de las cuales son mujeres.

En 1976, Gary completó tres años de un título premédico al darse cuenta de que podía ayudar a prevenir la embestida del deterioro de la salud y las enfermedades resultantes al enseñar acondicionamiento físico adecuado y nutrición/pérdida de peso. Abrió su primer centro de acondicionamiento físico a los veinte años, ¡y el resto es historia!

Curves es una revolución en la industria del acondicionamiento físico. Gary sabía que su primer paso en la promoción del bienestar de las mujeres es hacer que vayan al gimnasio; muchas se sienten incómodas al ejercitarse en presencia de los hombres, lo cual las mantiene alejadas de los gimnasios tradicionales. También observó las tendencias sociales de las mujeres; incluso mientras se ejercitan, les gusta hablar y beneficiarse de la compañía de los demás.

Tomando esto en cuenta, Curves se diseñó para permitir a las mujeres ejercitarse en la comodidad y con la camaradería de un centro diseñado exclusivamente para ellas. La estructura de Curves combina un entrenamiento de circuito de 30 minutos con diversión y amistad incorporadas, lo cual permite aplicar un sistema de soporte natural.

Con un título en asesoría de salud y nutrición, Gary es el autor de dos de los libros más vendidos de The New York Times sobre ejercicios y nutrición. Fue honrado con el primero de los premios "Visionario del Año" otorgado por The International Health, Racquet, and Sportsclub Association, y en 2004 fue nombrado Empresario del Año por Ernst & Young, la primera vez en la historia de la competición nacional que un operador de un centro de salud y acondicionamiento físico recibe este prestigioso premio. Actualmente, Gary está financiando un estudio llevado a cabo por Texas A&M University, valorado en \$5 millones, acerca de la densidad ósea y el metabolismo de la mujer.

Para conocer más acerca de Curves, visite www.curves.com o llame al número 1-800-848-1096.

Dahlynn McKowen