

El 40% de los españoles es susceptible de padecer astenia primaveral

Según la SEMG (Sociedad Española de Médicos Generales y de Familia) los niños y ancianos son más sensibles a los efectos físicos producidos por los cambios ambientales de estación. No obstante, diversos estudios afirman que existe una prevalencia mayor de astenia primaveral en mujeres al estar directamente relacionada con los cambios hormonales. Desde Cuure aconsejan Guaraná, Quercetina y L-Tirosina para prevenir o mitigar este trastorno transitorio

La llegada de la primavera trae consigo muchos cambios: un aumento gradual de la temperatura que puede afectar al ritmo circadiano más horas de luz, lo que conlleva una segregación menor de melatonina, serotonina y noradrenalina; alteraciones en el estado de ánimo, porque la llegada de esta estación puede producir euforia y estrés o la tan temida aparición de la alergia al polen.

Es en este momento del año cuando hace presencia la astenia primaveral, un trastorno transitorio que padecen algunas personas durante la transición del invierno a la primavera. Se caracteriza, entre otros factores, por una sensación general de cansancio, falta de energía, dificultad para concentrarse, una disminución notable del apetito sexual o trastornos del sueño. Además, puede ser también consecuencia de un déficit de micronutrientes, por lo que es factible disminuir sus síntomas siguiendo una dieta rica en vitaminas, minerales y antioxidantes.

Da igual el sexo o la edad, cualquiera puede padecer astenia primaveral

La astenia puede afectar a cualquiera, independientemente de su sexo o edad y los síntomas pueden variar en gran medida de una persona a otra.

Aunque no hay cifras exactas, parece que las mujeres tienen más propensión que los hombres a padecer astenia primaveral, lo que podría estar relacionada directamente con los cambios hormonales que se producen especialmente durante los momentos de menstruación y la menopausia.

Diversos estudios señalan que en torno a un 40% de los españoles podría ser susceptible de padecer astenia primaveral. Además, y según informa la Sociedad Española de Médicos Generales y de Familia (SEMG), los niños y ancianos son más sensibles a los efectos físicos producidos por los cambios ambientales de estación.

Soluciones para mejorar y combatir los efectos de la astenia primaveral

De entre los más de 40 suplementos nutricionales disponibles en Cuure estos serían algunos de los más adecuados para tratar de prevenir o ayudar a disminuir los síntomas de la astenia primaveral:

Quercetina: como todos los flavonoides, es un potente antioxidante y antiinflamatorio natural. Su

propiedad más importante es su acción antialérgica. La Quercitina de Cuure es 100% de origen vegetal, extraída de las flores de Sophora Japonica, árbol originario de China.

Guaraná, rico en cafeína, actúa como estimulante general del organismo, por lo que se utiliza para combatir la fatiga. Además, se ha demostrado clínicamente que su consumo aumenta el rendimiento cognitivo y mejora la toma de decisiones.

L-Tirosina, ayuda a mejorar la concentración y la reducción de los efectos nocivos del estrés, consiguiendo así una mejor salud mental y productividad. De origen vegetal al 100%, la L-Tirosina de Cuure se obtiene de un proceso de fermentación del maíz, por lo que es una alternativa vegana a la L-Tirosina tradicional

Cuando se trata de la salud es necesario ponerse en manos de expertos. Y cada persona es única. Por ello, a cada problema debe darse una respuesta especial y a la medida con los suplementos nutricionales adecuados. Apoyarse en el rigor de la ciencia y la tecnología para personalizar cada dosis es el reto que el equipo de expertos de Cuure ha decidido asumir como una forma nueva y única de cuidarse.

Datos de contacto:

Elsa Lantigua
Gabinete de Prensa de Cuure
620986728

Nota de prensa publicada en: [Madrid](#)

Categorías: [Nacional](#) [Medicina](#) [Industria](#) [Farmacéutica](#) [Sociedad](#) [Medicina alternativa](#) [Personas Mayores](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>