

Auge de tratamientos naturales contra la ansiedad

[Multimedia](#)

Los remedios naturales para combatir la ansiedad están a la orden del día y cada vez son más los que prefieren este tipo de tratamientos sin efectos secundarios. Las cápsulas de aceite de lavanda (Lasea) o los aceites CBD de Ducreams son dos alternativas efectivas en contraposición a los tratamientos farmacológicos

El aumento del estrés en Europa por la influencia de factores económicos, sociales y laborales ha hecho que la Organización Mundial de la Salud haya publicado una guía ilustrada con el título "*En tiempos de estrés, lo que importa*". Además, según un informe publicado por la Oficina Europea de Estadística junto con otros organismos, España es el quinto país con más estrés de toda la UE.

La ansiedad es un trastorno o afección que puede producir síntomas como cefaleas, presión en el pecho, sudoración, taquicardias o tensión muscular, entre otros. A nivel mental causa nerviosismo, miedo, pánico, irritabilidad y agitación. El origen de la ansiedad no está claro al 100%, pero algunos factores como el estrés y la presión laboral, situaciones traumáticas personales y el ritmo de vida actual pueden influir.

Frente a los tratamientos farmacológicos se presentan las terapias naturales como Lasea o [aceite CBD](#) de Ducreams, que en los últimos meses han escalado posiciones. El factor diferencial son los efectos secundarios, que en el caso de los remedios naturales son mucho menores que los que aparecen en la farmacología convencional.

Las cápsulas de Lasea están compuestas por aceites esenciales que se extraen de la lavanda (*Lavandula angustifolia*) y actúan restringiendo la liberación desmesurada de neurotransmisores en el cerebro. De esta forma se produce una disminución de los síntomas de la ansiedad. Por otro lado, los aceites CBD están compuestos por una molécula activa que interactúa con los receptores celulares y modula la absorción de endocannabinoides como la anandamida (AEA).

El equipo farmacológico de Ducreams y su CTO, Juan Pérez-Nievas, aseguran en su artículo "[Lasea vs. CBD para el tratamiento de la ansiedad](#)", que los derivados del cannabis son más potentes, ya que interfieren con unas moléculas internas. Además, el abanico de formas en las que se puede encontrar el CBD es muy amplio, desde aceites hasta gominolas.

Los aceites de CBD actúan contra los síntomas de la ansiedad y, en concreto, el aceite natural de CBD con melatonina ayuda a paliar el insomnio, uno de los

más comunes. Se recomienda que aparte de utilizar los productos naturales terapéuticos, se lleve una dieta sana y equilibrada combinada con ejercicio físico y técnicas de relajación.
