

Upuni afirma que más del 50% de sus clientes utilizan sus aceites para el agotamiento

[Multimedia](#)

El agotamiento, una preocupante realidad que afecta a la sociedad española, es resultado de una serie de factores desencadenantes, como la situación personal de cada uno, la ansiedad laboral o la división política, por citar tres ejemplos. Estos elementos han generado dos de los grandes problemas de la sociedad española: el estrés y el insomnio

Según datos proporcionados por el Instituto Nacional de Estadística (INE) y la Sociedad Española de Sueño (SES), el 65% de los españoles sufren estrés de manera recurrente, mientras que el 40% experimentan insomnio en algún momento de sus vidas. Estas cifras alarmantes revelan una necesidad urgente de abordar este problema de salud pública que afecta a la calidad de vida de miles de personas en España.

Bajo este contexto nace [Upuni](#), una empresa que surgió tras el confinamiento y con la incertidumbre laboral que caracterizó esa época y que, tras casi tres años, ha conseguido convertirse en una de las empresas mejor valoradas por los usuarios.

Upuni, Victoria Young y una lucha contra el agotamiento

Victoria Young, antigua líder tecnológica de empresas como Netflix, Uber y Facebook y que ahora se dedica a enseñar yoga y meditación para líderes empresariales, se ha convertido en un referente en la lucha contra el agotamiento. Tal y como explicaba en una entrevista para una empresa estadounidense, cuando estuvo trabajando a esos niveles pudo sentir cómo el ritmo de trabajo alcanzaba un máximo histórico.

Young habla de la importancia de entender los límites personales: lo que da energía, lo que la quita y el tipo de estilo de vida que funciona auténticamente para cada uno. De esto sabe mucho Upuni, que ha centrado su modelo de negocio en mejorar la calidad de vida de las personas, no solo a través de sus productos naturales, que también, sino a través de las propias experiencias de sus clientes. Sus entrevistas son fundamentales para que sus clientes se sientan comprendidos y abran camino a otras personas que se puedan sentir identificadas.

Cuenta Young que los principales causantes del cansancio son la falta de sueño profundo, la falta de alineación de valores y la falta de apoyo. El sueño es uno de los componentes más importantes para mantener el equilibrio del organismo. Influye en las hormonas y en la insulina y cuando uno se encuentra en la vorágine del trabajo se tiende a tener problemas de sueño y, por lo tanto, estar

siempre cansado.

Herramientas al alcance de todos para combatir el agotamiento

Siguiendo el ejemplo de Victoria Young, las personas pueden adoptar una serie de herramientas al alcance de todos para combatir el agotamiento. La meditación, acciones relajantes como leer, darse un baño caliente o pasear pueden ser incorporadas en la rutina diaria para reducir el estrés y la ansiedad. Asimismo, Young explica que el CBD es una ayuda tremenda para regular los efectos secundarios fisiológicos del estrés y es su "arma secreta favorita personal cuando necesita una gran noche de sueño".

Juan Cortázar, CEO de Upani, una de las empresas de CBD referentes en el mercado español, explica que el 55,34% de los clientes, usan los [aceites](#) para combatir los problemas de insomnio y ansiedad. Los productos naturales para mejorar el día a día de las personas están en alza y quizás por eso en Upani hayan experimentado un crecimiento abismal.

"El CBD cada vez está más extendido. Con el paso de los años nos hemos dado cuenta de que ya no nos preguntan qué es nuestro producto, sino qué aceite es el mejor para el insomnio o la ansiedad. Al darnos cuenta de esto, decidimos poner un [recomendador](#) gratuito al alcance de todos", explica Cortázar.

Historias de éxito como la de Victoria Young y Upani muestran que es posible combatir el cansancio de manera efectiva aprovechando las herramientas que se tienen y entendiendo de dónde viene.

"Ahora solo queda una pregunta: ¿por qué teniendo estas herramientas seguimos cansados?"
