

Cerrar

+

Iniciar sesión Registrarse

Buscar

Otros preparados naturales que el farmacéutico puede recomendar para aliviar el estado de decaimiento y cansancio propios de la astenia primaveral son el ginseng, el guaraná y el eleuterococo, según INFITO.

La raíz de ginseng, según Concha Navarro, ayuda a aumentar la capacidad de resistencia a las situaciones de estrés, y la sensación general de vitalidad y capacidad física y psíquica. El fruto del guaraná, por su parte, es rico en cafeína, además de calcio, fósforo, potasio y magnesio, lo que le aporta propiedades estimulantes físicas y psíquicas.

El eleuterococo es un adaptógeno natural, que aumenta la resistencia del organismo y normaliza las situaciones patológicas. En cualquier caso, recomienda esta experta, "el farmacéutico, con sus conocimientos sobre fitoterapia, puede aconsejar una planta medicinal u otra".

Consulta aquí [más noticias de Sevilla](#).

ANUNCIOS GOOGLE

Restaurantes Granada

Una oferta fantástica. Restaurantes en Granada por un ¡70% menos!

www.GROUPON.es/Granada

Spa desde 9€, cena 5.95€

Hoy te ofrecemos planes exclusivos No los dejes escapar.Regístrate ya

Letsbonus.com

Relacionadas en 20minutos.es

Uno de cada diez andaluces acude al médico por problemas de 'astenia primaveral', según una revisión de estudios (20/04/11)

Uno de cada diez andaluces utiliza plantas para perder peso, según el Centro de Investigación sobre Fitoterapia (27/05/10)

Un estudio farmacéutico considera "imprescindible" que el boticario se forme en alopecia ante el aumento de consultas (23/05/10)

En otros medios

Uno de cada diez andaluces acude al médico por problemas de 'astenia primaveral', según varios estudios (terra.es)

La lista de enlaces a otros medios se genera de forma automática. 20minutos.es no se hace responsable de los contenidos alojados en esas páginas.

Además en 20minutos.es

INTERNACIONAL



La OTAN investiga si sus unidades dejaron morir a 61 inmigrantes

NACIONAL



Los juguetes de nuestra infancia

DEPORTES



El descenso más disputado: hasta 11 equipos luchan por no bajar al 'infierno' de Segunda

TECNOLOGÍA



Google Maps ahora muestra el interior de las tiendas

ECO**Comparador de Seguros**

Precios de 20 aseguradoras
¡Ahorra hasta 500€!

Comentarios (0) Correcciones (0) 20minutos.es responde (0) Facebook

Sin Comentarios

Suscribirse por RSS

No hay comentarios por el momento. **Sé el primero en participar**

Esta información sólo puede ser comentada y corregida por usuarios registrados.

Si ya lo estás, [identifícate](#); en caso contrario [regístrate en 20minutos.es](#).

Un saludo. Redacción de 20minutos.es.

(Consulta los casos en los que 20minutos.es restringirá la posibilidad de dejar comentarios)

**Comparador de Seguros**

Precios de 20 aseguradoras
¡Ahorra hasta 500€!