

Comunicado de Prensa:

¿Por qué el estrés se ha convertido en un tema tabú?

A los colombianos nos cuesta aceptar que el estrés y la ansiedad tienen una incidencia muy alta en nuestras vidas, bien porque confundimos los síntomas con los de otras enfermedades o porque social y laboralmente no queremos proyectar una imagen de intranquilidad, sino todo lo contrario de seguridad frente a los conflictos del día a día.

Según una reciente encuesta de la consultora Nielsen, casi el 80% de la población colombiana ha sufrido de estrés o ansiedad durante los últimos seis meses y de esta cifra tan sólo el 18% ha iniciado un tratamiento para controlar los síntomas. El exceso de trabajo y responsabilidades, la inseguridad, el entorno político y los problemas de movilidad son algunas de las causas más frecuentes.

Es importante entender que muchas de las enfermedades que estamos teniendo hoy en día están siendo originadas o agudizadas por el estrés o la ansiedad y debemos comenzar a tratarlos de forma eficaz, natural y segura.

¿Por qué es necesario tratar el estrés o la ansiedad a tiempo? Te damos 5 razones...

1. Estudios científicos demuestran que pueden generar otras dolencias como gastritis, migrañas, Insomnio, mialgias y en algunos casos enfermedades autoinmunes, cardiovasculares y metabólicas como la diabetes.
2. Afectan el estado emocional con síntomas como inquietud nerviosa, alteraciones del sueño, falta de concentración, memoria y dificultades de aprendizaje.
3. Tienen estrecha relación con la disminución en la calidad de vida de niños y adultos, al bajar su estado de ánimo, producir fatiga y reducir su productividad.
4. Dejan pérdidas anuales por más 63 mil millones de pesos, por incapacidad laboral relacionada con estos trastornos.
5. Pueden ser la causa del aumento de peso porque las personas que sufren estos trastornos no suelen hacer ejercicio y aumentan el consumo de comida poco saludable, por los síntomas de ansiedad y cansancio.

Para la **Dra. Carolina Mejía**, médica de la Universidad del Rosario, especializada en medicina biológica, integrante del cuerpo médico-científico de Heel Colombia: “Cuando el cerebro recibe estímulos estresantes activa sus respuestas de alerta y envía una señal para defenderse de este estímulo estresor, la cual genera una sustancia llamada *cortisol*, cuando ésta se presenta en exceso en el organismo comienza a afectar otros órganos o sistemas como el sistema inmunológico, digestivo o cardiovascular, así como la memoria, el aprendizaje, la concentración entre otras, por lo cual es muy importante tratar el estrés a tiempo”.

¿Cómo liberarnos del estrés crónico o la ansiedad?

El primer paso es identificar los síntomas. “Es aquí donde empieza a sentirse un tabú, Infortunadamente cuando una persona asiste a consulta médica, muchos de los síntomas

se confunden con los de otras enfermedades o trastornos diagnosticados como gastritis y úlceras, cefaleas y migrañas, que pueden desencadenar en problemas de salud mucho más crónicos y complicados como diabetes, enfermedades cardiovasculares, autoinmunes y hasta cáncer. El segundo paso es aceptar que estamos estresados o ansiosos y que podemos tratarlo de manera natural, porque muchas personas prefieren soportar los síntomas, negar que están estresados porque quieren evitar ser medicados con ansiolíticos (*benzodicepinas*) que actúan como tranquilizantes, pero que son medicamentos con efectos secundarios como la somnolencia y la farmacodependencia.

La Medicina Biorreguladora de Sistemas es una excelente alternativa, porque cuenta con un medicamento de origen natural (*Neurexán*), indicado para el manejo de la inquietud nerviosa y trastornos del sueño asociados, con el cual las personas puedan estar más tranquilas y activas durante el día para un sueño relajado durante la noche, sin generar dependencia ni somnolencia y sin tener interacciones medicamentosas". Afirma la Dra. Mejía.

La eficacia de este medicamento ha sido comprobada mediante rigurosos estudios, el más reciente fue publicado por la revista *Live Science* en 2016. Donde demostró que los participantes que usaron el medicamento disminuyeron sus niveles de cortisol de forma significativa, así como los niveles de adrenalina en sangre. Así mismo, en otro estudio clínico realizado a más de 800 pacientes, el 78% confirman una clara mejoría de la inquietud nerviosa.

Los componentes de origen natural de este medicamento biorregulador incluyen son la *pasiflora incarnata*, indicada para controlar ansiedad y nerviosismo, el *Coffee arabica*, una dilución de la planta de café que favorece el sueño y la *avena sativa*, que mejora los estados de agotamiento. Es importante anotar que la efectividad de estas plantas sólo se da cuando se procesan correctamente, en las diluciones precisas, fabricado en Alemania con los más altos estándares de calidad y con registro Invima en Colombia.

Experiencia Clínica:

La **Dra. Mejive Majjul**, neuróloga clínica del Hospital San José indica que para tratar el estrés o la ansiedad es muy importante identificar los síntomas en el paciente, si su estado de intranquilidad tiene que ver con agentes externos o con agentes internos. "La ansiedad es un trastorno que se caracteriza por agentes internos, relacionados con la esfera mental, la persona ansiosa suele tener fobias, miedos, nerviosismo constante, en cambio el estrés se desencadena ante estímulos externos, como una carga de trabajo agobiante, por ejemplo, se presenta con frecuencia en los altos ejecutivos que tienen grandes responsabilidades, viajan mucho, no comen ni duermen bien porque todo el tiempo están preocupados. En mi experiencia clínica el medicamento biorregulador (*Neurexan*[®]), me funciona bien en pacientes estresados y ansiosos". Muchas de las personas con altos grados de estrés lo primero que pierden son los hábitos saludables, se alimentan a deshoras, comen por ansiedad, no hacen ejercicio, dedican muy poco tiempo a actividades de recreación.

Como neuróloga, la principal recomendación de la Dra. Majjul es: "Piensa positivo para no alterar la esfera mental, bajo presión negativa, todo en la vida se ve desde el lado negativo, así que lo primero que hay que hacer con un paciente estresado o ansioso es llevarlo a un pensamiento adecuado, posteriormente ayudarlo con un tratamiento que convenga la

recuperación de los hábitos de vida saludables, la detoxificación y la biorregulación del organismo”.

HEEL es una compañía farmacéutica alemana que desarrolla manufactura y distribuye medicamentos hechos con componentes de origen natural. Es pionera en la investigación científica del cuidado de la salud con sustancias naturales. En cooperación con instituciones académicas HEEL, fomenta el concepto de medicina integrativa y biorreguladora para el bien del paciente y la salud en general. En Colombia HEEL emplea a más de 160 trabajadores, con su fuerza de ventas visita a más de 7,000 médicos. Desde hace más de 15 años tiene programas de educación médica continuada, trabajando con las más reconocidas universidades de las diferentes ciudades del país. Todos los productos tienen registro INVIMA ó ICA para su división veterinaria. Adicionalmente tiene varios programas de responsabilidad social que apoyan a los más necesitados en Colombia.

Mayores Informes de Prensa y coordinación de entrevistas

Periodista: **Claudia Beltrán Ruget**. Móvil: 3138537557

Asesora de comunicaciones Heel Colombia

www.heel.com.co, www.medicinaquetemueve.com