

Extracto de plantas y frutas para combatir el estrés



Los adaptógenos son sustancias naturales que han demostrado ser seguras y mejorar de forma inespecífica los síntomas del estrés, ayudando al organismo a adaptarse a las circunstancias que pueden ocasionarlo y mejorando la forma y el rendimiento físico e intelectual.

Categoría de salud o bienestar



Efecto anti-estrés

Características

- ✓ Es común ver el uso de hierbas adaptogénicas medicinales para relajarse realizando una infusión y bebiéndola antes de dormir
- ✓ Algunas de las hierbas y frutas calmantes más populares han sido:
 - ✓ Manzanilla.
 - ✓ Hibisco.
 - ✓ Limoncillo.
 - ✓ Euphoria.
 - ✓ Dátil rojo.
 - ✓ Hierba de San Juan
 - ✓ Melisa o Toronjil
 - ✓ Árbol de mimosa
 - ✓ Lavanda
 - ✓ Salvia
 - ✓ Valeriana
 - ✓ Ylang ylang
 - ✓ Orégano, entre otros.

Certificaciones

