

PRANARŌM



Actualización terapéutica: estrés, ansiedad e insomnio

El ritmo de vida actual hace que el estrés sea un problema muy presente en nuestra sociedad. Los trastornos por ansiedad son consulta frecuente de atención primaria. Lo mismo ocurre con el insomnio, del cual se queja un 70% de la población europea. Los fármacos que se prescriben en estos casos tienen importantes efectos secundarios, como la tolerancia y la dependencia.

Con frecuencia el boticario se ve confrontado a pacientes que buscan alternativas a estos fármacos con un perfil más seguro. Los aceites esenciales destacan sobre otras preparaciones fitoterápicas por su elevada concentración de principio activo. Además, muchos cuentan con respaldo científico en estas indicaciones, incluso a nivel de la EMA.

En esta conferencia se comentarán las distintas opciones terapéuticas existentes y su aplicación al consejo farmacéutico.

Temario

- Gestión del estrés, la ansiedad y el insomnio en la oficina de farmacia: benzodiacepinas, fármacos similares, antihistamínicos...
- Fitoterapia clásica y otras opciones terapéuticas.
- Actualización terapéutica: los aceites esenciales.
 - Definiciones básicas.
 - Evidencia científica
 - Aplicaciones prácticas.