

Las mujeres de entre 30 y 50, las más interesadas en perder peso durante el confinamiento

- **Arkopharma Laboratorios obtiene los primeros resultados de su canal de nutricionistas a distancia puesto en marcha durante el confinamiento**

Madrid, a 6 de mayo de 2020. Las mujeres de entre 30 y 50 años han sido las más interesadas en perder peso y en aprender a comer sano durante el confinamiento, según los resultados preliminares obtenidos por Arkopharma Laboratorios a través de su servicio 'Cuida tu línea Solidario'. Desde primeros de abril, han puesto en marcha un canal gratuito con 50 nutricionistas que ofrecen asesoramiento nutricional a distancia, vía email o telefónica, en la etapa de confinamiento por la pandemia del COVID-19. El programa sigue en marcha durante el mes de mayo para prestar asistencia personalizada, sugerencias de menús equilibrados y pautas de alimentación para estos días, así como control del peso y de la actividad física.

Hasta el momento más de 270 personas han recurrido al servicio 'Cuida tu línea Solidario'. La mayoría son mujeres de entre 30 y 50 años, procedentes sobre todo de Madrid, Barcelona y Valencia. "Buscan sobre todo perder peso, algunas reconocen que han cogido kilos durante el confinamiento, debido a que sus ganas de comer y picotear entre horas han aumentado o han notado más ansiedad, por lo que nos han pedido ayuda para adelgazar de forma sana y equilibrada. Otras han querido aprovechar esta etapa para cambiar sus hábitos alimenticios y aprender a comer bien", subraya indica Silvia Moreno, una de las coordinadoras del proyecto en Arkopharma Laboratorios.

La bajada de peso es el motivo principal de consulta del canal 'Cuida tu línea Solidario'. Sin embargo, las nutricionistas también se han encontrado con mujeres que necesitaban consejos para mantener su peso durante el confinamiento, sugerencias de menús semanales, hábitos alimenticios para mejorar la digestión o la retención de líquidos. "Permanecer mucho tiempo en casa ha implicado que muchas personas hayan cogido peso, además de por la ansiedad y el aumento de las ganas de comer, por la falta de actividad física. Sin embargo, muchas otras han aprovechado para aprender nuevos hábitos de alimentación, probar alimentos diferentes y nuevas recetas, queriendo llevar una vida más sana que antes", indica Beatriz Adalid, otra de las coordinadoras del proyecto.

El canal de nutricionistas a distancia incluye sugerencias de menús equilibrados y pautas de alimentación para todos los días; control del peso y la actividad física, ideas para lista de la compra, etc... conectando la App Nutrium que envía notificaciones en el móvil de cuándo beber agua, hacer algo de ejercicio, consejos motivacionales y un chat. Las personas que lo deseen lo tendrán disponible en horario ininterrumpido las 24 horas del día y todos los días de la semana. El objetivo es que la población siga cuidando su salud a pesar de la distancia y ofrecer opciones para seguir una dieta equilibrada, un buen descanso, una adecuada actividad física y emocional.

El canal gratuito de nutricionistas a distancia es una continuidad de la campaña 'Cuida tu línea' realizada por este laboratorio de forma habitual en farmacias en las que prestan asesoramiento para ayudar a controlar el exceso de peso combinando alimentación equilibrada, ejercicio físico y complementos con plantas medicinales y otros activos de origen natural. "El asesoramiento que solíamos hacer en las farmacias lo estamos haciendo ahora vía email o telefónica, y de momento continuará siendo, para que, las personas que lo deseen sigan teniendo el apoyo nutricional como antes. Ahora incluso puede ser más necesario", comenta Adalid.

Para tener acceso a la plataforma online que permite ofrecer esta atención personalizada, se puede acceder vía email, enviando un correo electrónico a ctl@arkopharma.com, con los datos del interesado. Una vez recibido por parte del equipo, se le asignará una nutricionista que le responderá y enviará un código para que el usuario pueda registrarse a través de la web www.cuidatulinea.com. También se puede acceder por teléfono, llamando al **900 180 844**, donde será atendido por una persona del equipo en horario de 9 a 18 horas.

Campaña 'Cuida tu línea' con salud

La campaña 'Cuida tu línea con salud' ofrece a través de las farmacias asesoramiento nutricional y recomendaciones saludables para controlar el peso, en combinación con plantas medicinales. Los preparados farmacéuticos de plantas medicinales ayudan a controlar el peso, siempre en combinación con dieta equilibrada y la práctica diaria y regular de ejercicio físico, y se pueden clasificar en función de su objetivo. Así, "nos encontramos con plantas medicinales para reducir el apetito, para quemar grasas o para depurar el organismo. Destacan el té verde o camilina, que ayuda a reducir el colesterol y actúa sobre la termogénesis, un proceso que quema grasas mediante la temperatura corporal, o el glucomanano, que es saciante" explica Adalid. Lo importante, señala, "es tomarlas bajo el consejo de un profesional cualificado que tenga formación en fitoterapia, como puede ser el farmacéutico o, en este caso, las nutricionistas que forman parte del proyecto, que ayudan a combinarlas siempre con una alimentación sana y el deporte".

Sobre Arkopharma

Fundado en 1980 en Niza, Arkopharma es un laboratorio farmacéutico especializado en fitoterapia. En la actualidad, Arkopharma es el líder europeo en el ámbito de los medicamentos y complementos alimenticios naturales a base de plantas. Estos laboratorios farmacéuticos nacen de la idea vanguardista del doctor Max Rombi, que relaciona una buena parte de los problemas de salud con la deficiente alimentación y los hábitos de vida. Así, propone una "Medicina para la salud" con productos naturales que pueden prevenir y ayudar a aliviar la mayor parte de los problemas de salud cotidianos. Arkopharma propone preparados farmacéuticos de plantas medicinales y productos naturales. <https://www.arkopharma.com/es-ES>

Para más información, contactar con:

M^a Luz García Toro, Arkopharma en el teléfono 649 975 226