

NO ES UNA ENFERMEDAD, PERO AFECTA A LA VIDA NORMAL DEL INDIVIDUO. ESTE AÑO, LA SEQUÍA Y LOS CAMBIOS BRUSCOS DE TEMPERATURA HAN AYUDADO A INCREMENTAR ESTA APATÍA ESTACIONAL

Celia Maza  
Madrid

Llega la primavera, pero parece que el incremento de las horas de luz, el aumento de temperatura y el cambio de actividades que tienen lugar en esta época del año no sientan demasiado bien al cuerpo humano.

Aparte de la alergia, esta estación provoca una serie de síntomas, como cansancio, dolores musculares, pérdida del apetito e incluso del interés sexual que, al menos durante 24 horas, afectan a toda la población. Se trata de la astenia primaveral y un 10 por ciento de los españoles sufre este malestar durante al menos dos semanas.

Según Asensio López Santiago, vicepresidente de la Sociedad Española de Medicina Familiar y Comunitaria (Semfyc), la astenia primaveral no es una enfermedad. «Nunca puede ser considerada como una patología, aunque sí como un malestar pasajero y de recuperación completa que desaparece sin la necesidad de medicación», explica. López Santiago afirma que este estado no dura más que veinte días, por lo que si los síntomas continúan después de este período es necesario acudir a un facultativo. En cualquier caso, tal y como indica María Isabel Granados

## La sequía dispara este año los casos de astenia primaveral

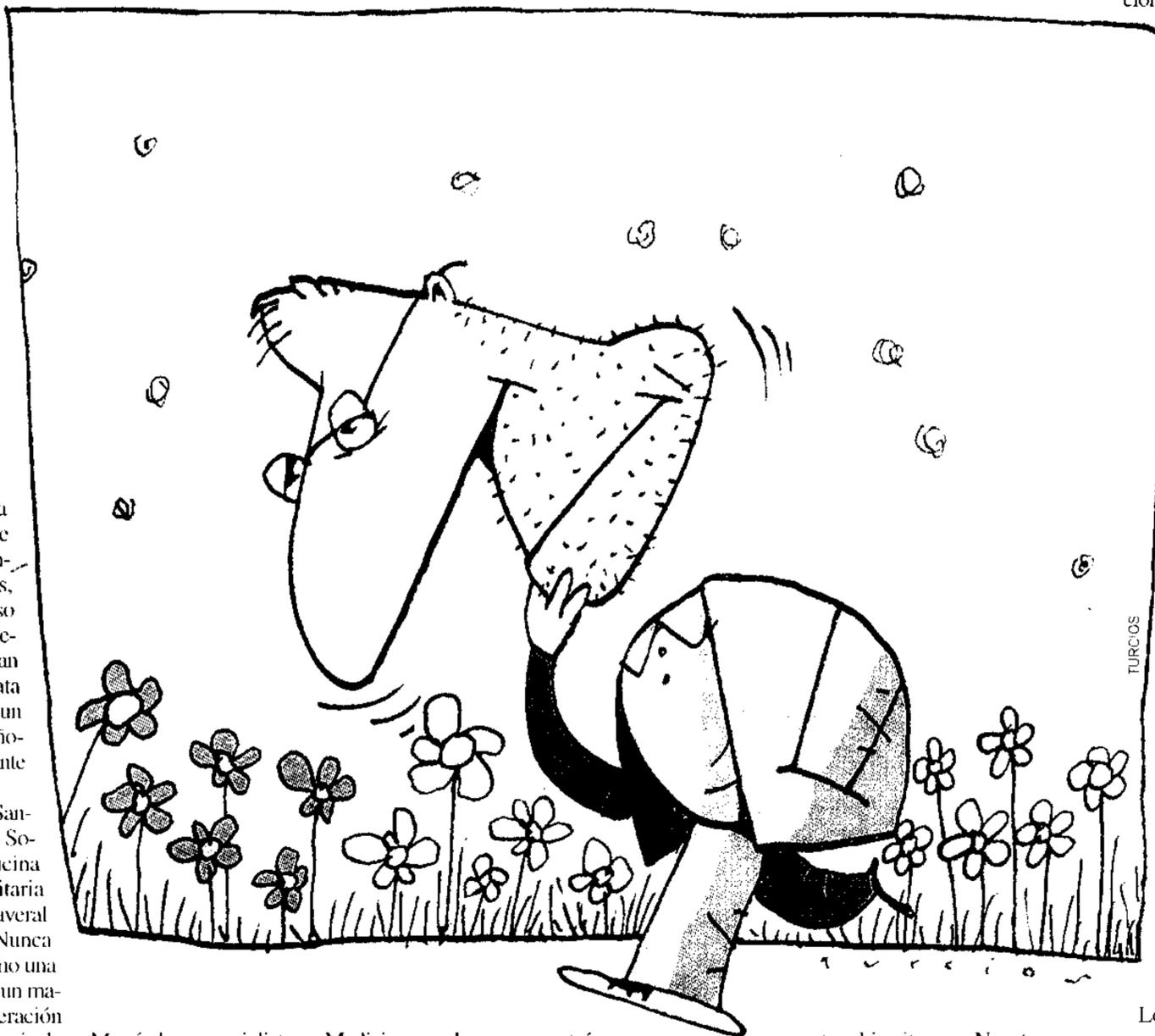
a los síntomas de la astenia primaveral.

Hay distintos factores que causan esta predisposición. José Luis González de Rivera y Revuelta, jefe del servicio de Psiquiatría de la Fundación Jiménez Díaz, explica que gran parte de los casos de astenia primaveral están relacionados con la alergia. El experto afirma que el sistema nervioso también puede ser sensible ante determinados alérgenos que provocan en el organismo esa sensación de fatiga y agotamiento. Diferentes estudios han demostrado que la retina recibe el incremento de luz de estos días y se provoca una estimulación de la glándula pineal, que es donde se segregan las hormonas y los neurotransmisores, por lo que se altera el tono anímico y la vitalidad.

Si los niveles hormonales no son adecuados, sobrevienen el cansancio y la tristeza. Además, otra de las causas responsable de estos síntomas es el cambio brusco de temperaturas que se dan de manera intermitente. «El que haya días de mucho calor y de mucho frío intercalados propicia un ambiente adecuado para las enfermedades víricas como la gripe, que se manifiesta lo suficiente como para causar malestar», explica González de Rivera. Éste, junto con el incremento de alergias por la sequía, es uno de los motivos principales por los que los casos se hayan disparado este año. De todos modos, según

López Santiago, queda mucho para conocer realmente la causa. Aunque desde el punto de vista práctico, el doctor afirma que, por fortuna, al tratarse de un malestar pasajero, lo importante es iniciar los cuidados con rapidez para que desaparezcan las molestias lo antes posible.

(Continúa en la página siguiente)



Menéndez, especialista en Medicina familiar y Comunitaria del Centro de Salud Monóvar, de Madrid, la vulnerabilidad de todas las personas no es la misma y la astenia primaveral afecta de manera distinta a individuos que viven en entornos donde el cambio estacional es más brusco, o aquellos que padecen de situaciones de

sobrecarga o estrés.

No se conoce una base científica que explique con claridad por qué se produce la astenia primaveral, por qué afecta más a unas personas que a otras o por qué se padece este malestar unos años y otros no. En cualquier caso, según López Santiago, sí parece haber una clara relación con

nuestros biorritmos. «Nuestro organismo está controlado por ritmos biológicos, que se modifican en función de la luz y los cambios de estación», dice. El experto indica que con la llegada de la primavera, algunas personas son más sensibles al aumento de las horas del día, y en ellas se producen pequeños desajustes, que llevan

Farmaindustria

<http://www.farmaindustria.es>  
<http://prensa.farmaindustria.es>

El valor del medicamento