

## **Los españoles conocen una media de 7 terapias naturales, una tendencia en alza según Essencia**

**Las terapias naturales forman parte de la vida diaria de muchas personas. Essencia presenta sus terapias alternativas, encaminadas a conseguir una mejora en la calidad de vida de sus usuarios**

Reiki, Reflexología o Acupuntura son terapias naturales más que establecidas en la sociedad española. Junto a éstas, otras menos conocidas como las Flores de Bach o terapias energéticas como la Geometría Sagrada.

Y es que cada español conoce de media alrededor de 7 terapias naturales, que es un dato bastante alto respecto a mediciones anteriores.

El estrés al que el trabajador se enfrenta en su día a día, a la vez que los apuros económicos derivados de la crisis económica y la ansiedad sufrida, han hecho que muchos españoles se acerquen a las Terapias Alternativas y Naturales para combatir esta situación, y como consecuencia el conocimiento de este nuevo paradigma se ha extendido en la sociedad española.

El equipo de Essencia, centro especializado en terapias naturales en Barcelona, atribuye el éxito de esta tendencia en alza al estrés: "El ser humano ha pedido el contacto con sus propios impulsos y los problemas cotidianos, el estrés que genera el complejo mundo social al que se enfrenta en su día a día, ha degenerado en una pérdida de esencia y contacto con los impulsos humanos, de tal manera que esta situación contribuye al desarrollo de diferentes dolencias".

Con el fin de ofrecer un espacio donde poder compensar estas carencias de la vida moderna nace Essencia, que además de ofrecer servicios más propios de una clínica estética como la fotodepilación en Barcelona, se ha especializado en Terapias Naturales como la Acupuntura, las Flores de Bach, la Reflexología, las Terapias Energéticas y una amplia gama de masajes.

Según el estudio "Percepción y hábitos de la población española en torno al estrés" presentado por la Sociedad Española para el Estudio de la Ansiedad y el Estrés (SEAS), el 59% de los trabajadores españoles sufre algún tipo de estrés en su entorno laboral y el 32% de la población sufre dolores musculares y de cabeza a causa del estrés laboral.

Con estos datos en la mano no sorprende que los españoles se acerquen cada vez más a las terapias naturales, y como consecuencia de ello a su conocimiento, en busca de un enfoque alternativo y mucho más natural para combatir sus dolencias. De hecho, las matriculaciones en centros formativos en terapias naturales se han disparado en los últimos años, y de este modo miles de nuevos profesionales irán cubriendo de manera progresiva las carencias de oferta del mercado.

En lo que a las 7 terapias naturales de media que un español medio conoce cabe destacar que la acupuntura, con un conocimiento del 24% es la que domina este campo, seguida con 17% de conocimiento de la Homeopatía, y de la Fitoterapias y las Terapias con Plantas medicinales con un 12%. Datos del estudio "Percepción de las Terapias Naturales en la Sociedad" encargado por la Asociación Nacional de Profesionales y Autónomos de las Terapias Naturales COFENAT.

Más información en: <http://www.essencia.es>

**Datos de contacto:**

Essencia

Nota de prensa publicada en: [Barcelona](#)

Categorías: [Nacional](#) [Sociedad](#) [Cataluña](#) [Medicina alternativa](#)

---

**NotasdePrensa**

<https://www.notasdeprensa.es>