

## **Esenzzia señala la importancia del olfato y por qué es vital recuperarlo si se pierde**

**El sentido del olfato es un recurso indispensable para el ser humano y su relación con el entorno, por lo que, en caso de pérdida o limitación de sus prestaciones, la mejor opción es realizar algunas actividades esenciales para volver a hacer uso de esta capacidad como antes, sugiere Esenzzia**

En estos tiempos de pandemia, en los que uno de los síntomas y efectos colaterales de sufrir la COVID-19 es la pérdida de este sentido, recuperar el olfato perdido se ha convertido en algo vital en quienes han pasado por este proceso y quieren recuperar su total normalidad.

No sólo es una cuestión de actualidad por el contexto sanitario actual, sino que se puede sufrir una pérdida o merma del olfato por otras cuestiones, como un simple resfriado, un cuadro gripal, una alergia nasal o la llamada fiebre del heno.

### La importancia del olfato

El sentido del olfato tiene un poder bastante superior al que se le suele otorgar, ya que está muy vinculado con otro esencial, el del gusto, un vínculo que, a veces, hace confundir los sabores con los olores; diversos estudios han concluido que el olfato puede influir hasta un 85% en el gusto, mientras que del resto se encarga el propio sentido de los sabores.

Por ello, es evidente que, si bien es un sentido secundario para muchas personas, se trata de uno de los recursos más importantes de la relación del ser humano con su entorno.

### Qué son la anosmia y la hiposmia

La hiposmia, que es el nombre científico con el que se conoce a este problema de forma parcial, o la anosmia, que supone la pérdida total de sus prestaciones, pueden prolongarse a lo largo de los días, las semanas o, incluso, los meses.

Vivir sin olfato supone una auténtica barrera para el ser humano, por tanto, también en otras acciones, como al probar alimentos o bebidas en las que la percepción de su aroma es esencial: probar un buen vino, una pieza de fruta o una receta casera, antes de ser testada en la boca, pasa por el filtro del olfato para contextualizar la experiencia y, en muchas ocasiones, saber ya desde antes si estará bueno o no.

Estos trastornos se pueden revertir con sencillos ejercicios de rehabilitación, entre los cuales los expertos destacan la estimulación de este sentido con aromas intensos y naturales, como es el caso de los perfumes de imitación de primera calidad de Esenzzia.

**Datos de contacto:**

Esenzzia

918 82 11 88

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

Categorías: [Nacional](#) [Sociedad](#) [Consumo](#)

---

**NotasdePrensa**

<https://www.notasdeprensa.es>