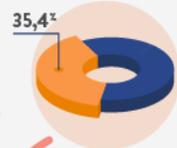


II MAPA DE LA FATIGA EN ESPAÑA (*)

Más cansancio

Los españoles sufren ahora **más cansancio que hace un año durante la pandemia.**



+35,4% es el incremento de personas que padecen fatiga física respecto a 2020

El **90%** de la población sigue la **recomendación de un profesional sanitario** a la hora de elegir un complemento alimenticio para reducir la fatiga.



Fatiga mental

En 2021, **un 80,5% más de ciudadanos reconocen tener fatiga mental**, en comparación con 2020.



Estrés

Para los jóvenes españoles entre **25 y 34 años**, la principal causa de fatiga es el **estrés**.



Las mujeres siguen siendo el perfil más propenso a tener fatiga física y mental, especialmente, las **menores de 55 años**.



Dormir poco

o mal es la primera causa de fatiga entre los españoles, seguida de la **falta de ejercicio y sedentarismo**.



El **61%** de la población admite padecer en 2021 **más cansancio que antes de la pandemia**.



El Cansancio y la Fatiga nos pueden poner en pausa...

Si te sientes cansado o fatigado quizás sea por falta de magnesio. **El magnesio ayuda a disminuir el cansancio y la fatiga** y al correcto funcionamiento de los músculos.

Si necesitas un aporte extra, Laboratorios BOIRON innova con Magnesium Duo, un complemento alimenticio con una fórmula única. Consulta a tu profesional de la salud o nutrición.