

- Medio: OKSalud
- Fecha: 05-01-2022
- Título: Lo más natural para combatir la tos y el resfriado
- Autor: Rita Montagu
- Cita: COFENAT
- Experto: Roberto San Antonio Abad, naturópata y presidente de la Asociación Nacional de Profesionales y Autónomos de las Terapias Naturales (COFENAT)
- Foto:



EL SITIO DE LOS INCONFORMISTAS

43 Botas de Michael Kors para toda la vida El vestidazo de Nagore Robles de Utergüer La chaqueta de Mago Outfit que no pasa de...

OKSALUD

ÚLTIMAS NOTICIAS ACTUALIDAD MEDICAMENTOS PACIENTES FARMACIA NUTRICIÓN SALUD SEXUAL TELEMEDICINA

SQUARESPACE

Brand your entire online business with a few clicks.

BUILD YOUR ONLINE BRAND

NAVIDAD SIN MOCOS

Lo más natural para combatir la tos y el resfriado

- ✓ Las terapias naturales ofrecen un amplio abanico de posibilidades que ayudan a fortalecer el sistema inmunológico
- ✓ Los mejores consejos para evitar y aliviar la tos en la temporada de invierno
- ✓ Tipos de tos que indican que puede ser algo más grave

1 Executive Education since 2015 FT

ASTRO L'IN HOME

KOGE CHAIR \$50000 BUY NOW

DEF.-

OPOSICIONES

Líderes en resultados

Presencia • Interspersencia • Colina

¡Infórmate ahora!

Estas enfermedades víricas que, por lo general, son inofensivas, llevan aparejados síntomas muy pesados que pueden durar hasta diez días.

RITA MONTAGU
05/01/2022 08:45 ACTUALIZADO: 05/01/2022 09:33

En invierno llegan las más bajas temperaturas del año, la lluvia, la nieve y los resfriados, la tos y los síntomas gripales! Estas enfermedades víricas que, por lo general, son inofensivas, llevan aparejados síntomas muy pesados que pueden durar hasta diez días.

Las terapias naturales ofrecen un amplio abanico de posibilidades que ayudan a fortalecer el sistema inmunológico y así evitar esos terribles síntomas que todos tenemos cuando llegan estas fechas. El **presidente de la Asociación Nacional de Profesionales y Autónomos de las Terapias Naturales (Cofenat)**, el naturópata **Roberto San Antonio-Abad**, explica, en declaraciones a OKALUD, que «las terapias naturales ofrecen algunas sencillas soluciones para combatir todos esos síntomas y fortalecer nuestras defensas».

Defensas

En primer lugar, si eres de aquellas personas que tienen tendencia a «coger frío», hay que hacer es fortalecer las defensas, porque, «si aumentamos nuestras defensas también aumentamos nuestra protección frente al catarro y frente al Covid», aconseja el experto.

LO ÚLTIMO EN OKSALUD

Llega deltacron, la combinación de las variantes delta y ómicron

Picco dubbini: cómo entrenar con ellas y para qué sirven?

Forbes publica su quinta edición de los 100 mejores médicos de España

Certificado Internacional a Oncología del 12 de Octubre por...

- Link: <https://okdiario.com/salud/lo-mas-natural-combatir-tos-resfriado-8348597>