

Zen Comprimidos

Ayuda a reducir el estrés y la ansiedad



Zen Comprimidos está formulado con **Cannabis y una mezcla de ingredientes naturales** que ayudan a reducir los signos asociados al estrés y la ansiedad y promueven un estado de ánimo **calmado y relajado** en perros y gatos. Es ideal para animales que sufren ansiedad, miedo y fobias debido a diversas causas, como ruidos fuertes, separación familiar, viajes, mudanzas, visitas a la clínica veterinaria, cambios en las rutinas, llegada de nuevos miembros de la familia, etc.

- Con Cannabis y una mezcla de ingredientes naturales
- Ayuda a reducir la ansiedad, estrés, miedos y fobias
- Favorece un estado de calma y relajación
- Promueve el equilibrio del eje intestino-cerebro
- Contribuye al mantenimiento de la función cognitiva

Manejo del estrés y la ansiedad en perros y gatos

Ante situaciones desfavorables o peligrosas, los animales generan una serie de cambios fisiológicos, psicológicos y conductuales para aumentar su estado de activación y así poder hacer frente a esta situación: es el **estrés**. Cuando se produce de manera puntual, el estrés puede ser positivo y permite reaccionar ante situaciones que requieren una respuesta, pero si se cronifica o tiene una intensidad excesiva puede desencadenar problemas de salud a nivel digestivo, conductual, inmunitario y cutáneo, entre otros ¹.

A menudo, el estrés genera también cierto grado de **ansiedad**, una anticipación de estímulos potencialmente peligrosos, imaginados o desconocidos, que puede generar reacciones indeseadas como hiperactividad, postura rígida, micciones, destrucción de objetos o excesivos ladridos y lloriqueos ^{2,3}. Asimismo, estos signos pueden observarse en casos de **miedo**, cuando perros y gatos tienen una respuesta a estímulos identificados como amenazantes; o **fobias**, temores persistentes y desadaptativos que no guardan proporción con el estímulo desencadenante.

Las causas que más frecuentemente afectan el comportamiento de los animales de compañía son la **separación del dueño, miedos a ruidos fuertes y la presencia de nuevas**

mascotas o personas desconocidas ³. Si no se gestionan correctamente, estos problemas causan desequilibrios y problemas, sumado a una reducción de la calidad del vínculo con los humanos y un aumento de las probabilidades de abandono ³. Es clave, pues, identificar y corregir de manera inmediata la situación causante de estrés para minimizar el sufrimiento y recuperar la calidad de vida de perros, gatos y personas convivientes.

El comportamiento viene dado por el temperamento, los niveles hormonales y las experiencias que el animal ha ido adquiriendo a lo largo de su vida. Igualmente, el sistema nervioso central está estrechamente conectado con el tracto gastrointestinal: es el popularmente conocido como **eje intestino-cerebro**. En este sentido, tenemos muy clara la influencia del estrés en el tracto gastrointestinal: situaciones amenazantes pueden causar diarreas, vómitos o disbiosis intestinal, pero la microbiota y el intestino también juegan un papel importante en el mantenimiento de una función psicológica y neurológica normales ⁴⁻⁷. Múltiples evidencias sugieren que el estrés y la ansiedad pueden reducirse a través de la modulación de la flora intestinal y la dieta ^{8,9}.

Por todo ello, la **gestión de la salud mental** debe también tener en cuenta la **salud gastrointestinal** y el estado de la **microbiota** ⁴.

Medidas recomendadas para la gestión del comportamiento

- ✓ Ejercicio regular, que facilita la relajación y la resistencia al estrés
- ✓ Dieta equilibrada y de alta calidad
- ✓ Uso de nutracéuticos para ayudar a reducir la ansiedad y aumentar la capacidad de concentración
- ✓ Métodos de reeducación de la conducta: desensibilización y contracondicionamiento

Composición por comprimido (2 g):

Cáñamo en polvo: 280 mg, Extracto de té verde: 250 mg (aporta 100 mg de L-Teanina), Reishi en polvo: 200 mg, Melena de León en polvo: 200 mg, L-Triptófano: 120 mg, Extracto de Pasiflora: 75 mg, Quinoa B-Complex (Germinado de quinoa): 75 mg, Excipientes csp.

Cáñamo (*Cannabis sativa*)

Aporta fitocannabinoides, como el cannabidiol (CBD), que interactúan con el sistema endocannabinoide para **modular el estrés y la ansiedad**. Los comportamientos ansiosos se correlacionan con niveles bajos del endocannabinoide anandamida (AEA). El CBD inhibe las enzimas de degradación de AEA y alarga su vida media¹⁰. Asimismo, regula los receptores de serotonina 5-HT_{1A} asociados al comportamiento y el estrés^{10,11}.

Los productos ricos en CBD son considerados útiles para casos de ansiedad por más del 85% de los profesionales veterinarios¹². En la misma línea, los propietarios observaron una mejora notable en la ansiedad de sus perros cuando les administraban un producto con cannabis¹³. El cáñamo utilizado contiene niveles extremadamente bajos de THC, la molécula responsable de los efectos secundarios psicotrópicos del Cannabis, por lo que no se observarán efectos indeseados en el animal.

L-Teanina (de *Camellia sinensis*)

Aminoácido presente en altas concentraciones en las hojas del té verde. La L-Teanina **modula la respuesta neuronal** implicada en el estrés y el estado de ánimo: aumenta los niveles cerebrales de **serotonina y GABA** a la vez que reduce la actividad excitatoria glutamatergica^{14,15}. Gracias a esto, la administración de L-Teanina ayuda a **disminuir los signos del estrés felino**, incluyendo hipervigilancia, miedo y micción inadecuada¹⁴. En perros, ha demostrado ser eficaz en **mitigar el estrés y el miedo** causado por ruidos, tormentas o cambios en el ambiente, como la presencia de personas desconocidas¹⁵⁻¹⁷.

Varios estudios preclínicos prueban que la L-Teanina mejora la memoria y la capacidad de aprendizaje, por lo que podría facilitar los métodos de corrección conductual¹⁵.

Reishi (*Ganoderma lucidum*)

Aporta polipéptidos que actúan como **precursores de los neurotransmisores y las endorfinas**. Puede modular la respuesta del sistema nervioso central a través de la inhibición de los receptores 5-HT_{2A}, ayudando así a lidiar con la ansiedad inducida por estrés¹⁸. Los estados de ansiedad presentan un alto grado de procesos oxidativos¹⁹, que podrían contrarrestarse mediante la alta actividad **antioxidante** del Reishi^{20,21}. Esta seta aporta también prebióticos y β-glucanos, moléculas que promueven una microbiota intestinal sana y por tanto el equilibrio del **eje intestino-cerebro**^{5,22-24}.

Melena de León (*Hericium erinaceus*)

Apoya el funcionamiento del **eje intestino-cerebro** a través de distintos mecanismos. Por un lado, mejora la composición y la actividad de la microbiota^{24,25}. A nivel neurológico, promueve el equilibrio de las **neurotransmisiones GABA y monoamina** (implicados en depresión y ansiedad), induce la formación de neuronas y combate el estrés oxidativo. Este apoyo a la función cognitiva favorece un buen estado de ánimo, la memoria y la adaptación a las circunstancias estresantes y ansiosas²⁵⁻²⁷.

L-Triptófano

Aminoácido obtenido mediante un proceso natural de fermentación. La microbiota y las células enterocromafines transforman el Triptófano en Serotonina, implicada en la **modulación del comportamiento y el estado de ánimo**⁴. Así, la suplementación con Triptófano ha demostrado ser de utilidad para incrementar la **resistencia al estrés** y reducir la ansiedad y agresividad²⁸⁻³⁰.

Extracto de Pasiflora (*Passiflora incarnata*)

Contiene un elevado contenido en fitoquímicos, principalmente flavonoides, además de vitaminas y minerales. Ha mostrado **efectos positivos en episodios de ansiedad, inquietud, insomnio y depresión**^{31,32}. La Pasiflora puede ayudar a reducir la actividad de las neuronas en el cerebro y el sistema nervioso central mediante la inhibición de la recaptación de GABA³¹. Su alto contenido en antioxidantes también contribuye a neutralizar el efecto oxidante, incrementado en miedo y ansiedad⁹.

Quinoa B-Complex (*Chenopodium quinoa*)

Germinado de quinoa obtenido mediante un método patentado: la quinoa se cultiva sumergida en un medio rico en vitaminas B, que son absorbidas e incorporadas durante el proceso de germinación. Así se obtiene un gran perfil de vitaminas B altamente biodisponibles y en su forma biológicamente activa.

Las vitaminas B actúan como **cofactores en la síntesis y regulación de los neurotransmisores** dopaminérgicos y serotoninérgicos. Los estados de estrés crónico reducen los niveles de vitamina B, por lo que su suplementación podría ser una estrategia útil en la regulación de estados de estrés y ansiedad³⁴.

Instrucciones de uso:

- Gatos, perros <10 kg: 1/2 comprimido al día
- Perros 10 – 25 kg: 1 comprimido al día
- Perros 25-40 kg: 2 comprimidos al día
- Perros >40 kg: 3 comprimidos al día

Administrar con el alimento. Puede usarse a corto o largo plazo, así como aumentar la cantidad según las necesidades del animal.

Presentaciones:

- Envase de 30 comp.
- Envase clínico de 96 comp. en blíster

Referencias

