

# DEPRESIÓN POST PARTO (DPP)

La depresión post-parto o DPP es más común de lo que mucha gente piensa: 1 de cada 7 mujeres la sufren. Suele darse tras alumbrar y puede durar un año o incluso más.

## **Sé amable contigo misma si estás en esta situación**

Existen muchas posibles causas, la más común es el rápido descenso de estrógeno y progesterona. También podría producirse por un nivel bajo de tiroides.

Para ayudar a regular las hormonas en este momento tan vulnerable, Progessence Phyto Plus es un buen complemento a tu rutina diaria. Cómo usarlo?

- Aplicar mañana y noche sobre ovarios, cara interna de los tobillos y sobre el corazón.

Existe algo de controversia sobre si se puede utilizar durante la lactancia. Hay testimonios de americanas que lo han usado durante el tiempo que daban pecho sin problemas. Haz lo que te dicte tu sentido común.

Otros aceites que ayudan durante la DPP: Bergamota, Hinojo, Joy y Vetiver. Se pueden difundir, o utilizar de la misma manera que el Progessence.