De ce ne doare frecvent capul?

Falticeni - 17 februarie 2021 ora 13:31
Comunicat tip Produse / Servicii in Afaceri

Ne confruntăm deseori cu acele dureri de cap groaznice, care efectiv ne împiedică să ne îndeplinim task-urile zilnice, să ne odihnim sau să ne relaxăm. Bineînțeles, majoritatea persoanelor care prezintă dureri de cap au tendința de a asocia cauzele cu lipsa somnului sau cu acumularea stresului.



Popeye Pizza & Kebab

Cu toate acestea, una dintre principalele cauze ale durerilor de cap este starea de foame. În anumite momente, din cauza programului încărcat, se întâmplă să neglijăm mesele principale ale zilei și, inevitabil, ne alegem cu o durere de cap. Cu alte cuvinte, organismul ne transmite un semnal de avertizare și ne amintește că este timpul să mâncăm.

În principiu, foamea conduce la încordarea mușchilor, ceea ce declanșează o cefalee de tensiune. Așadar, motivul pentru care ne confruntăm cu dureri de cap induse de foame vizează tensiunea mușchilor și scăderea glicemiei.

Fie că sărim peste mesele principale sau, pur și simplu, luăm mesele cu întârziere, un lucru este cert: nivelul glucozei în sânge va scădea brusc, iar organismul va produce o serie de hormoni spre a contracara diminuarea nivelului de glucoză. Toate acestea se traduc printr-o senzație de durere acută, atât pe ambele părți ale capului, cât și în zona frunții sau a cefei.

Cum prevenim apariția durerilor de cap induse de foame?

De regulă, nu trebuie să facem nimic ieșit din comun pentru a preveni instalarea unei dureri de cap. Cea mai simplă modalitate de a reduce acest risc este prin respectarea meselor principale și a gustărilor favorite la ore regulate.
În situația în care nu dispuneți de suficient timp pentru a vă pregăti o rutină alimentară corectă, vă sfătuim să apelați la ajutorul unui restaurant care se va încadra în timp și va livra comanda în intervalul dorit de dumneavoastră.
Spre exemplu, restaurantul Popeye Pizza & Kebab vine în ajutorul clienților săi cu posibilitatea de a comanda sortimentele dorite într-un mod simplu, direct de pe site. Odată ce accesați PizzaPopeye.ro, veți fi întâmpinați de un meniu facil de parcurs, unde pot fi vizualizate toate informațiile necesare despre preparatele disponibile: imaginea felului de mâncare, ingredientele, gramajul și, bineînțeles, prețul. În acest fel, nu mai pierdeți timp căutând meniul fizic, pentru a alege ceea ce doriți să consumați, nici nu mai pierdeți timp apelând telefonic restaurantul și, de altfel, nici nu mai întâmpinați dificultăți în luarea unei decizii.
Tot ce trebuie să faceți este să accesați PizzaPopeye.ro, să adăugați în coș felul de mâncare preferat și să așteptați ca personalul restaurantului să îl livreze la locația indicată de dumneavoastră.
Indiferent dacă astăzi nu ați avut timp să gătiți sau v-ați gândit să încercați un preparat nou, PizzaPopeye.ro vă ajută să vă bucurați de o masă caldă, gustoasă și la ora potrivită.
În cazul în care v-ați confruntat în ultima perioadă cu dureri de cap frecvente, explicația este simplă: există șanse destul de mari să fi neglijat cele mai importante mese ale zilei. Prin urmare, oricât de solicitant este programul de astăzi, asigurați-vă că de pe agendă nu vă lipsește o masă savuroasă, de la PizzaPopeye.ro!

Despre Ecom Digital

Dezvoltăm Magazine Online Profitabile prin Optimizare SEO și Promovare Online. Dacă ești hotărât să îți duci afacerea la următorul nivel cu ajutorul unul magazin online profitabil, optimizat SEO și promovat online corespunzător atunci lasă un mesaj și în cel mai scurt timp te vom contacta pentru o ofertă personalizată și un audit complet al magazinului tău actual.

ECOM DIGITAL
https://ecomdigital.ro