

## California Almonds y la galardonada actriz Anna Camp unen fuerzas para combatir el bajón vespertino

Para conocer formas de combatir el bajón de las 2:58 pm, mire el vídeo del Crash Recovery Center de California Almonds en [carpepm.almonds.com](http://carpepm.almonds.com)

MODESTO, California, 14 de junio de 2017 /PRNewswire-HISPANIC PR WIRE/ -- Cuando va llegando la media tarde, a muchos de nosotros no nos disgustaría acurrucarnos en la cama y tomar una siesta. De hecho, un estudio reciente<sup>1</sup> realizado mediante KnowledgePanel® de GfK encontró que un tercio de los estadounidenses dicen sentirse soñolientos, menos productivos y agotados varias veces por semana, en promedio a las 2:58 pm.

Este bajón vespertino puede mejorarse con la ayuda de un *snack* saludable como las almendras. Juntos, California Almonds y la actriz **Anna Camp** se han asociado para asegurar que los estadounidenses puedan "Carpe PM" – o «aprovechar la tarde» -- y triturar su bajón.

Camp, una talentosa actriz conocida por su trabajo en la serie de películas «Notas perfectas», además del exitoso programa televisivo «True Blood», comprende la importancia de luchar para pasar el bajón de las 2:58 pm y mantener su energía en alto. Camp protagoniza un nuevo vídeo en tono de comedia, que en forma humorística informa a los espectadores los efectos del bajón de la tarde, y presenta a las almendras como la solución para el derrumbe de las 2:58 pm. Producido por el sitio de comedia Above Average y patrocinado por la Almond Board, [el vídeo](#) muestra de qué modo las almendras pueden ayudar a las personas a mantener la atención y a sostener su energía en niveles elevados para atravesar la tarde.

«Ya fuere que estoy en la ruta o en el set, no me puedo dar el lujo de ser menos productiva cuando el reloj marca las 2:58», comenta Camp. «Me encanta llevar almendras en el bolso como estimulante rápido, así puedo recargarme a lo largo de mis días tan atareados. Es por eso que me he asociado con California Almonds—para ayudar a otros a aprovechar la tarde y sacarle el mayor rédito posible».

Camp tiene numerosas recetas repletas de almendras que transformarán su tarde de un «Ni podría» en «¡Sí que puedo!». Con una mezcla deliciosa de bananas, frambuesas y almendras, el [Licuado robusto de almendras y frambuesas](#) proporciona un dulce refuerzo de energía para el final de la tarde. Los deliciosos [Bocaditos dobles de almendra](#) son perfectos para picar sobre la marcha, con su combinación de almendras, «butterscotch» y canela.

Además de las recetas, Camp ofrece además excelentes consejos sobre el modo de recuperar la tarde, entre los que se incluyen:

- **Elija inteligentemente sus *snacks*:** Comer un *snack* es una forma estupenda de mantener controlado el hambre y superar el inevitable bajón de la tarde. La clave es acercarse a los *snacks* en forma inteligente. Las almendras son perfectas para un *snack* inteligente sobre la marcha, porque están llenos de nutrientes, con proteínas, fibras y grasas saludables.
- **Manténgase en movimiento:** ¡Asegúrese de moverse a lo largo del día! Suba por la escalera en lugar de tomar el ascensor, o dé una vuelta a la manzana a la hora de almuerzo.
- **Prepare sus comidas con más frecuencia:** No hay nada mejor que una comida casera. Aprenda a amar la cocina y probar nuevas recetas. Cuando prepara sus propias comidas, usted sabe exactamente que les pone adentro.

Visite [carpepm.almonds.com](http://carpepm.almonds.com) para encontrar las recetas de Camp, y más consejos sobre cómo #CarpePM para derrotar ese bajón de la tarde.

### **Acerca de Anna Camp**

Anna Camp es una aclamada actriz, conocida por su trabajo en «Notas perfectas», «True Blood» y «Café Society». Camp nació y creció en Carolina del Sur, y obtuvo su título de Bachelor of Fine Arts en la Escuela de Artes de la Universidad de Carolina del Norte. Comenzó su carrera en el teatro en la obra «The Scene», y recibió críticas brillantes por su actuación frente a Daniel Radcliffe en la reposición de «Equus» en Broadway en 2008. Además de sus actuaciones en el teatro, Camp ha recibido elogios por su trabajo en diversos programas de televisión. Su actuación en «True Blood» como Sarah Newlin, que odia a los vampiros, le ganó una nominación a un premio SAG por «Actuación destacada de un conjunto en una serie dramática». Camp actualmente está repitiendo su papel protagónico de Aubrey Posen, la líder de un grupo de canto a cappella, The Barden Bellas, en la tercera parte de la exitosa serie de películas «Notas perfectas» de Universal. Cuando no está actuando, Camp disfruta de salir a caminar con su perro Rocky en las colinas de Los Ángeles y beber *lattes* con leche de almendra.

### **Acerca de California Almonds**

Las almendras de California son un alimento saludable, natural, nutritivo y de calidad. La Almond Board of California (Junta de las almendras de California) promueve las almendras a través de su abordaje, basado en la investigación, a todos los aspectos de la comercialización, cultivo y producción en nombre de más de 6500 cultivadores y procesadores de almendras de California, muchos de los cuales son operaciones familiares de varias generaciones. Establecida en 1950 y con sede en Modesto, California, la Almond Board of California es una organización sin fines de lucro que administra una Orden Federal de Comercialización (Federal Marketing Order) promulgada por los cultivadores, bajo la supervisión del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos. Para obtener más información sobre la Almond Board of California o con respecto a las almendras, visite [Almonds.com](http://Almonds.com) o vea California Almonds en [Facebook](#), [Twitter](#), [Instagram](#) y el [blog de California Almonds](#).

<sup>1</sup> Realizado on line por la Almond Board of California mediante KnowledgePanel® de GfK, 19 de septiembre - 3 de octubre de 2016. El tamaño total de la muestra es 6490 adultos a partir de los 18 años de edad.

#### **Contacto:**

Marissa Girolamo  
310-754-4123

[marissa.girolamo@porternovelli.com](mailto:marissa.girolamo@porternovelli.com)

Becky Sereno  
209-343-3250

[bsereno@almondboard.com](mailto:bsereno@almondboard.com)