

Utilizziamo cookie per personalizzare contenuti e annunci, fornire funzioni social media e analizzare il traffico. Forniamo informazioni sul modo in cui utilizzi il sito alle agenzie pubblicitarie, agli istituti che eseguono analisi dei dati web e ai social media nostri partner. Chiudendo questo banner, scorrendo la pagina, cliccando su un link o proseguendo la navigazione, acconsenti all'uso dei cookie. [Ok](#) [Leggi di più](#)

# CONTATTOLAB

NEWS ECONOMIA CINEMA E TV ▾ SALUTE SOCIALE SCIENZA E TECH MOBILE ▾



Home > Salute > Il caffè meglio del viagra. Tre tazzine al giorno aiutano la fertilità,...

SALUTE

## Il caffè meglio del viagra. Tre tazzine al giorno aiutano la fertilità, ma non abusarne

Da Redazione - 31 Mag 2017

Il **caffè** è la bevanda più consumata al mondo, con l'Italia ed il Brasile al primo e al secondo posto. L'oro nero ha tante proprietà che aiutano il nostro organismo a stare meglio (senza esagerare con l'assunzione), oltre a diventare un rito, si è scoperto essere anche un potente strumento per combattere la **disfunzione erettile** nell'uomo. Bere il **caffè**, soprattutto al Sud Italia non è solo una tradizione, ma, un rito quotidiano per incominciare bene la giornata oltre che la condivisione di un minuto di riposo tra colleghi e amici.

Dopo la recente creazione del "**francobollo dell'amore**", ovvero un cerotto capace di aiutare notevolmente la guarigione dall'**impotenza maschile**, ecco arrivare la notizia, che la caffeina, e dunque soprattutto il caffè possono diventare un valido alternativa al **viagra**.

PUBBLICITÀ

A dichiararlo gli esperti della *Società italiana di andrologia* in occasione del congresso nazionale Sia, secondo cui, bere tre tazzine al giorno di caffè aiuterebbe notevolmente a contrastare la disfunzione erettile. Come è facile intuire, l'effetto viagra, viene fornito proprio dalla caffeina, che agisce da inibitore specifico della fosfodiesterasi favorendo maggiore afflusso del sangue nei corpi cavernosi del pene inducendo così l'erezione. Con tre tazzine di caffè al giorno è dunque possibile ridurre il rischio di impotenza fino ad un terzo, rispetto a chi non beve neppure un caffè o chi ne beve più di tre. Eh già, perchè anche con il caffè non bisogna esagerare, come tutte le cose buone, spingersi oltre, produce gli effetti contrari o dannosi per la salute.

### La dieta mediterranea alleata dell'impotenza.

Non solo la caffeina fa bene al nostro piacere sessuale, secondo gli esperti anche una corretta alimentazione basata sulla dieta mediterranea è un vero tocco sano per l'uomo e le sue prestazioni sotto le lenzuola. Grazie alla dieta nostrana è possibile aumentare la quota degli spermatozoi fino al 95%, portandoli in una condizione di salute decisamente alta, oltre che di qualità elevata.

Tra gli alimenti consigliati si elencano quelli ricchi di antiossidanti, beta-carotene, licopene e vitamine A e C che combattono i radicali liberi che possono danneggiare il DNA degli spermatozoi. In poche parole, gli uomini dovrebbero mangiare più agrumi, pomodori, carote, ortaggi a foglia verde, uova, fagioli, latticini scremati, frutta secca e pesce.



Salute & Benessere

La strage silenziosa, il fumo uccide legalmente: giornata mondiale contro il tabacco

Salute Raffaele Riccio - 31 Mag 2016



La Pillola contraccettivo contro tumore Ovarico, morti da cancro diminuite del 10% dal 2002

8 Set 2016



Malattie vascolari, MicroVast: la capsula che elimina le placche aterosclerotiche

8 Apr 2016



Psoriasi, la malattia che discrimina, 8 malati su dieci esclusi per la pelle squamosa

15 Ago 2016



La pasta alleata della dieta: non fa ingrassare, aiuta a dimagrire pancia e fianchi

7 Lug 2016



Toccarsi i testicoli per prevenire il tumore: parte la campagna "tocchiamoci"

1 Apr 2017



Influenza, oltre 2 milioni colpiti da ottobre: ma il picco arriverà a fine gennaio

10 Gen 2017



**Lo sport.** La corretta alimentazione, resta il punto chiave per una salute di ferro, e in questo caso per una vita sessuale soddisfacente, tuttavia un secondo decisivo alleato arriva dallo sport. Fare regolare attività fisica, non necessariamente stressante o eccessiva, migliora notevolmente sia lo sperma che l'erezione. Secondo uno studio è raccomandabile superare almeno la soglia dei **10 mila passi al giorno** per mantenersi in forma: il movimento regolare ha potenziali effetti sul benessere e sulla sessualità maschile

PUBBLICITÀ

DONA IL TUO 5x1000

Condividi Facebook Twitter G+ Mi piace 2 tweet

Articolo precedente

**Oroscopo di Paolo Fox mercoledì 31 maggio 2017: oroscopo di tutti i segni**

ARTICOLI CORRELATI

ALTRO DALL'AUTORE



Salute

**Ansia da prestazione addio grazie al francobollo dell'amore che sostituisce il...**



Salute

**Resistere al caffè è difficile? Colpa del Dna: un gene ci...**



Salute

**Dietrofont Oms: Il caffè non è cancerogeno. Ma occhio alle bevande...**

**PUBBLICITÀ**

Per collaborazioni commerciali e pubblicità contattaci su [redazione@contattolab.it](mailto:redazione@contattolab.it)

© 2016 contattolab.it. Tutti i diritti riservati. Vietato riprodurre i contenuti se non dietro espressa autorizzazione

**CONTATTOLAB**

Registrazione al Tribunale di Avellino n\*5 del 2015 del 16/06/2015 Direttore: Anna Ansalone  
 Sede: Avellino  
 Email: [redazione@contattolab.it](mailto:redazione@contattolab.it)

**REDAZIONE**

CONTATTI  
 COOKIE  
 DISCLAIMER