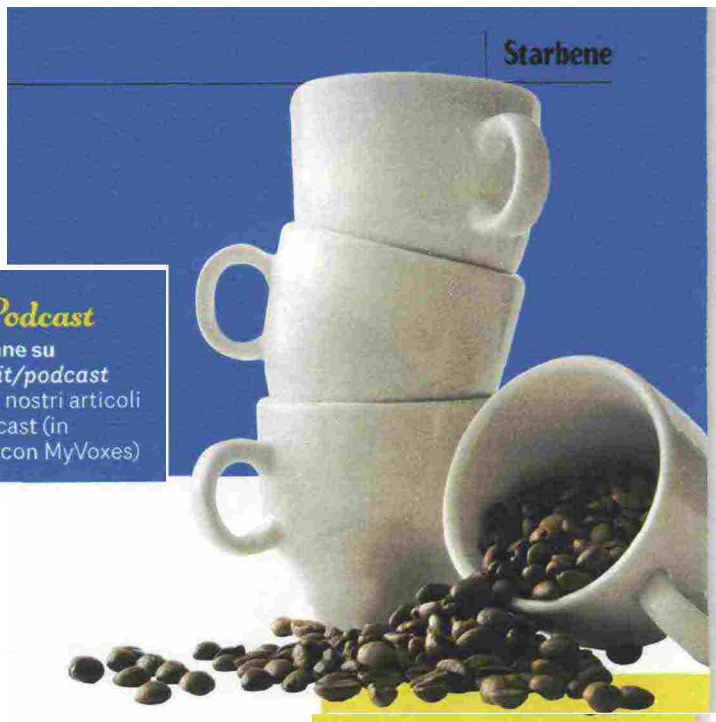


Starbene Podcast

Tutte le settimane su
www.starbene.it/podcast
puoi ascoltare i nostri articoli
in formato podcast (in
collaborazione con MyVoxes)



La curiosità

IL CAFFÈ FA BENE ALLA FERTILITÀ

Tre tazzine di caffè al dì fanno bene agli aspiranti papà. Gli esperti della Società italiana di andrologia (Sia) hanno visto che la caffeina aumenta la concentrazione del Gmp, "messaggero" del segnale di vasodilatazione del tessuto erettile. Gli stessi benefici per la fertilità maschile li dà anche la dieta mediterranea, che aumenta dal 72 al 95% la quota di spermatozoi di elevata qualità. Via libera quindi ad agrumi, pomodori, ortaggi a foglia verde, uova, pesce, frutta secca e olio extravergine d'oliva.

