

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 > Ma quale viagra! Per combattere l'impotenza bastano 3 caffè al giorno

SALUTE

## Ma quale viagra! Per combattere l'impotenza bastano 3 caffè al giorno

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

Da Redazione - 31 Mag 2017

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**.

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.

PUBBLICITÀ

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.

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, perché 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 toccasana 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.

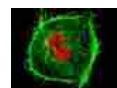
Tra gli alimenti consigliati si elencano quelli ricchi di antiossidanti, beta-carotene, licopene e vitamine A e C che combattono i radicali liberi che possono danneggiare il DNA degli



Salute &amp; Benessere

**Dieta vegana fa male ai bambini?**  
**Secondo i Pediatri c'è forte carenza di vitamina B12**

Salute Raffaele Riccio - 3 Giu 2016



**Nuovo esame del sangue**  
**individua il tumore e dove si sta sviluppando**

8 Mar 2017



**Osteoporosi: il tè nero rafforza le ossa come il latte, quanto berne?**

13 Feb 2016



**Cellule staminali per curare l'ictus, resta paralizzato: occhio alle cliniche miracolose**

26 Giu 2016



**Passione cioccolato: migliora le funzioni cognitive del cervello e mantiene giovani**

29 Feb 2016



**Con il mal di schiena si rischia una morte prematura? Attenzione alla postura!**

2 Mar 2017



**Denti sporchi? Millardi di batteri sui denti non lavati: la prevenzione contro la parodontite**

10 Mag 2016



spermatozoi. In poche parole, gli uomini dovrebbero mangiare più agrumi, pomodori, carote, ortaggi a foglia verde, uova, fagioli, latticini scremati, frutta secca e pesce.

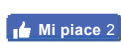
**Lo sport.** La corretta alimentazione, resta il punto chiave per una salute di ferro, e in questo caso per una vita sessuale soddisfacente, tuttavia un secondo decisivo alleato arriva dallo sport. Fare regolare attività fisica, non necessariamente stressante o eccessiva, migliora notevolmente sia lo 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



tweet

Articolo precedente

**Smettere di fumare allunga la vita fino a 9 anni e si risparmiano 1000 euro al mese**

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