

il Giornale.it **cronache**

Home Politica Mondo Cronache Blog Economia Sport Cultura Milano LifeStyle Speciali Motori Video Cerca



Condividi:



Commenti:



Se il caffè diventa un viagra naturale

Il caffè aiuta nelle prestazioni sessuali. È quello che emerge da una ricerca presentata al congresso nazionale Sia, in corso a Milano Marittima

Luca Romano - Dom, 28/05/2017 - 12:58

commenta



Il **caffè** aiuta nelle **prestazioni sessuali**. È quello che emerge da una ricerca presentata al congresso nazionale Sia, in corso a Milano Marittima, durante il simposio 'Cucina, salute & benessere'.



"La caffeina è un inibitore aspecifico delle fosfodiesterasi - spiega Alessandro Palmieri, presidente Sia e professore all'Università Federico II di Napoli - che aumenta la concentrazione del Gmp ciclico messaggero del segnale di vasodilatazione e di rilassamento del tessuto erettile. In pratica, può agire come un viagra naturale, anche se in modo meno esclusivo e selettivo sul pene". La caffeina va così ad aggiungersi "alle sostanze che favoriscono il benessere sessuale, molte delle quali sono contenute nei cibi della tradizione italiana: la dieta mediterranea, infatti - sottolinea - aumenta dal 72% al 95% la quota di spermatozoi sani e di elevata qualità, stando a uno studio italiano discusso durante il congresso". Oltre a seguire una dieta sana, chi vuole scongiurare il 'flop' in camera da letto non deve trascurare l'esercizio fisico, perché "la sedentarietà è una minaccia per la salute sessuale maschile". Poi qualche consiglio: "Una regolare attività fisica migliora la qualità dello sperma e dell'erezione, ma un esercizio costante spesso prevede un impegno di tempo poco compatibile con la vita quotidiana", afferma Andrea Salonia, consigliere Sia, professore associato di Urologia all'Università Vita-Salute San Raffaele di Milano. Insomma qualche tazzina di caffè in più e un po' di movimento possono rendere più efficace la vita sessuale.

Tag: caffè sesso

Ti potrebbe interessare



Da semplice casalinga a 44.500€ al mese: la storia



Dettori: «Così si diventa uomo da Guinness»



Alluci Valghi? Liberatene! Metodo sensazionale.

Inserisci le chiavi di ricerca

Cerca

Info e Login



login



registrazione



edicola

Annunci

Editoriali

Altro che inciucio

di Alessandro Sallusti



L'opinione



Manchester: i "ribelli..."