

## IL CAFFÈ' CONTRO LA DISFUNZIONE ERETTILE, AIUTA IL BENESSERE SESSUALE

Per voi, uomini amanti del caffè, arriva dall'America una nuova ricerca che dimostra come la #caffeina riduce le possibilità di soffrire di #disfunzione erettile.

Due caffè al giorno aiutano a risolvere il problema

Dopo l'invenzione del famoso "francobollo dell'amore", notizia diffusa ultimamente, che vede curare l'impotenza attraverso un cerotto da sciogliere in bocca, arriva uno studio che utilizza il caffè per il benessere sessuale. Un team di ricercatori dell'University of Texas, ha pubblicato la ricerca sulla rivista Plos One. Spiega come il caffè sia un alleato nel problema delle disfunzione erettile. La dose consigliata dai ricercatori va da una a due tazze al giorno, ovvero una dose di caffeina compresa tra gli 85 ai 170 milligrammi giornalieri.

Pubblicità

Pubblicità

Secondo lo studio, la dose di caffè indicata sarebbe in grado di diminuire del 42% le probabilità di soffrire della patologia sopra riportata. Sempre secondo i ricercatori, dosi superiori riducono il rischio del 39%. Si conclude che aumentando la quantità di caffeina, non si continuano ad avere risultati positivi, ma al contrario i benefici diminuiscono. Viene puntualizzato che i risultati non vengono alterati da condizioni come obesità, sovrappeso o pressione elevata. Hanno partecipato allo studio 3.724 maschi con una età superiore ai 20 anni che dovevano indicare le quantità del "principio attivo" che assumevano quotidianamente.

Sempre più studiosi affermano l'efficacia del caffè nell'ambito sessuale

La ricerca è molto interessante, soprattutto se consideriamo che nel paese dove è avvenuto lo studio il 18,4% degli uomini, con più di 20 anni, soffre di disfunzione erettile.

Pubblicità

Si calcola invece che in Italia, gli uomini affetti da questa condizione siano il 15%, circa 3 milioni. Nell'ultimo periodo sempre più esperti associano il caffè ad un miglior benessere sessuale [VIDEO]. Lo affermano anche i dati discussi dalla Società Italiana di Andrologia (SIA), durante il loro Congresso Nazionale. Affermano inoltre che tre caffè al giorno rappresentano una dose sicura per la fertilità. È bene ricordare che alcuni fattori come il fumo o l'obesità e condizioni come il diabete possono peggiorare la situazione. Il solo caffè di per sé non è sufficiente, ma lo si può usare come strumento di aiuto se viene associato ad un corretto stile di vita.

Il caffè, momento di profondo piacere, ora non rappresenterà più solo una pausa rilassante. L'importante per trarre i maggiori benefici, è di non eccedere con la quantità assunta giornalmente, tenendo conto che la caffeina è contenuta anche in altre bevande, come per esempio quelle considerate energetiche. #caffè