



- [Home](#)
- [Alimentazione](#)
- [Benessere](#)
- [Donna e Bambino](#)
- [Fitness](#)
- [L'Esperto](#)
- [Psicologia e Sessualità](#)
- [Salute](#)

[Home](#) > [Psicologia e Sessualità](#) > I 10 consigli per migliorare le prestazioni sessuali maschili

I 10 consigli per migliorare le prestazioni sessuali maschili

[Disfunzione Erettile ?](#) www.AutoTerapiaVigor.com

Prova l'efficace Autoterapia Vigor Un Aiuto importante e concreto.

[Afrodisiaco naturale](#) www.wellvit.it

Ritrova desiderio/potenza sessuale con Sensovit.
In offerta adesso!

[Sessuologia Catania](#) www.valeriarandone.it

Qualità della vita di coppia Disfunzioni sessuali

[Omeopatia Italia](#) www.omeopatiaitalia.org

Risposte on line di medicina Risposte on line di omeopatia

Annunci Google



Si è da poco concluso a Fuggi il congresso della Società Italiana di Andrologia, durante il quale si è discusso su diversi temi riguardanti la **sessualità maschile**.

I dati emersi segnalano un 12,8% di uomini che soffrono di **iaculazione precoce**, il 30% lamenta disfunzione erettile e cresce anche l'infertilità. I maschi italiani sono stati anche definiti “*sessualmente anarchici*” perché **improvvisano** a letto e, troppo spesso, l'attività sessuale viene praticata in tarda ora.

Non temete, ci pensano gli andrologi dare utili **consigli** per migliorare le proprie prestazioni e la vita di coppia. Ecco a voi 10 utili *dritte*:

Avere un **comportamento sessuale** corretto: non dimenticare il preservativo e fare attenzione all'igiene quotidiana nella zona genitale;

Niente **fumo**

Tenere un'**alimentazione** corretta

Cucina senza Glutine www.hotelcorallorimini.com

Hotel Corallo di Rimini apre il suo Ristorante a Tutti...

Medicina del Lavoro www.centromedicoitaliano.it

Centro Medico Italiano Srl - Milano Sicurezza D.Lgs. 81/08 - Formazione

Aspira liquidi organici www.incas-srl.com

Nuovo aspira liquidi biologici a circuito chiuso S.H.O.W.

Star bene, naturalmente www.naturalmentemeglio.it

Notizie-articoli-prodotti-domande e altro ancora, per la tua salute

Annunci Google

Praticare una **sana attività fisica**: si segnala che una passeggiata a passo veloce per circa 30 minuti al giorno è il segreto per avere rapporti sessuali fino ad età avanzata

Avere una sana **vita affettiva** e lavorativa

Attenzione ai **rischi** di alcune professioni, come quelle che espongono ad agenti chimici o fisici, o ad attività lavorative stressanti.

Prevenire o curare **ipertensione** e diabete

Effettuare **controlli nell'infanzia**: basti pensare che il criptorchidismo (mancata discesa di uno o entrambi i testicoli nello scroto) si presenta in circa 1 bambino ogni 100

Visita andrologico in età **adulta**

Visita andrologica nella **terza età**

 [Tweet This Post](#)

Mi piace

A 9.907 persone piace questo elemento. Di' che piace anche a te, prima di tutti i tuoi amici.

3

[Share](#)

[Raffaella Petraroli](#)

Leggi Anche

[Acquisti online: pericolosi. Attenzione ai test per le malattie a trasmissione sessuale](#)

Kit illegali per test HIV, infezioni a trasmissione...



[Questione di centimetri: dalla sindrome dello spogliatoio a quella dell'anulare](#)

Se prima il dito anulare ci rivelava se era sposato, adesso...

[Sesso, con la pillola si sceglie il partner più affidabile](#)

Le donne che prendono la pillola aticoncezionale potrebbero...



[Eiaculazione precoce: oggi si può combattere con un'applicazione iPhone](#)

L'intrusione delle nuove tecnologie nella sfera sessuale a...

[Malattie Sessuali, boom di donne e trentenni colpiti](#)

La sessualità tra i giovani, e non solo, è ormai cambiata...



Articolo scritto da [Raffaella Petraroli](#) il 07/11/2011
Categoria/e: [Psicologia e Sessualità](#), [Primo Piano](#).

Lascia un commento

Nome (richiesto)

EMail (non pubblicata) (richiesto)

Sito web



Articoli Correlati



[I 10 consigli per migliorare le prestazioni sessuali maschili](#)



[Infertilità maschile: il vaccino contro il papilloma riduce il rischio](#)



[Stress da mancata partenza](#)



[Acquisti online: pericolosi. Attenzione ai test per le malattie a trasmissione sessuale](#)



[Essere egoisti: la colpa è di un gene?](#)

Ritrovaci su Facebook



Tutta Salute

Mi piace

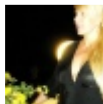
Tutta Salute piace a 9,907 persone.



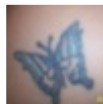
Laura



Nônô



Eleonora



Stefania



Dipartimento



Elisabetta



Nico



Cristina Lacr: Psicologia-Ps



Massimo



Clarissa



giovanni



Patrizia



Rosa



Ali

Plug-in sociale di Facebook

Tags

[alimentazione](#) [alzheimer](#) [antibiotici](#) [attività fisica](#) [bambini](#) [cancro](#) [cellule staminali](#) [colesterolo](#)
[consigli per dimagrire cuore](#) [depressione](#) [diabete](#) [dieta](#) [dimagrire](#) [farmaci](#) [fumo](#)
[gravidanza](#) [ictus](#) [infarto](#) [influenza](#) [obesità](#) [prevenzione](#) [ricerca](#) [Salute](#) [sesso](#) [staminali](#) [stress](#) [tumore](#)
[tumore al seno](#) [tumori](#)

SpotLight



- [Stress da rientro? Ecco come affrontare il ritorno in ufficio o a scuola](#)



- [Le fibre, un aiuto dalla natura per la salute](#)



- [Protegersi dai Raggi Ultravioletti col Semaforo del Sole](#)



- [Solstizio d'Estate, tra Sacro e Profano](#)



- [I fiori delle nostre campagne](#)



- [Dormire bene aiuta a predere peso!](#)



- [Alimentazione](#)
- [Benessere](#)
- [Donna e Bambino](#)
- [Fitness](#)
- [L'Esperto](#)
- [Psicologia e Sessualità](#)
- [Salute](#)

- [Chi siamo](#)
- [Contatti](#)
- [Note legali](#)
- [Pubblicità](#)
- [Siti amici](#)
- [RSS News](#)

[Collegati](#) | Copyright 2009-2011 TuttaSalute.net è un progetto CianoLab sas [WebAgency](#) - Partita IVA 04201560655