

4 Remedios caseros para la impotencia sexual del hombre

1. Maca milagrosa

La maca es un alimento regulador por excelencia. Ya que regula a todos los órganos que segregan hormonas en este caso te ayudará al incremento de testosterona en tu cuerpo.

Está comprobado que la maca incrementa el deseo sexual en los hombres y la virilidad. Mejora la resistencia y te provee de energías. Puedes encontrar la maca convertida en harina de maca así te será más fácil consumirla. Solo debes mezclar 2 cucharadas en un vaso con agua y tomar en las mañanas.

1. Zanahoria

La zanahoria es un tubérculo que es bueno para muchos aspectos de nuestra salud. En

el ámbito de la sexualidad masculina la zanahoria se convierte en un estimulador sexual por sus propiedades que son muy parecidas a las feromonas.

Puedes consumirlo en ensaladas o tomar un extracto de zanahoria todos los días. Verás que tu rendimiento sexual mejorará y despertará el apetito sexual que llevas dentro.

1. **Jengibre**

El jengibre es denominado el elixir sexual por sus beneficiosas propiedades que ayudan a la producción de la hormona sexual testosterona.

Fortalece los espermatozoides. Y aumenta el deseo sexual. Puedes preparar este remedio licuando un trozo de jengibre con un huevo y miel. Toma media cucharada todas las noches durante 1 mes y verás que

los resultados serán efectivos.

1. Ginseng

El ginseng es uno de los remedios caseros para la impotencia sexual del hombre más efectivos que hay. Pero siempre ten en cuenta que debes tener cuidado en usarlo ya que hay variedades de ginseng.

El que debes de consumir es el ginseng asiático. El consumo de esta raíz mejorará el flujo sanguíneo en todo tu cuerpo por tanto en la zona sexual estimulará a la producción de testosterona haciendo que el deseo sexual se encienda.

Te recomendamos acompañar estos **remedios caseros para la impotencia sexual del hombre** con una dieta sana y la práctica de deportes. Cambia de rutina y no te estreses así habrás ganado esta batalla.