

Conocida como la luz del sol La vitamina D se encuentra raramente en los productos alimenticios y nunca en grandes cantidades. La vitamina D es en realidad una hormona vital para el cuerpo para la salud y el bienestar sostenido.

las formas de la vitamina D, que se obtienen a partir de productos alimenticios, como vitaminas D2 y D3, se convierten en sus formas activas después de recibir la exposición de los rayos UV -B la luz del sol. No obtener suficiente luz solar, comer constantemente alimentos que carecen de vitaminas y minerales, y de desgaste (si el clima lo requiere) de alto factor de bloque del sol todo el tiempo puede conducir a una deficiencia de vitamina D. Los estudios científicos informan de que una deficiencia de vitamina D puede ser una de las causas

de la disfunción sexual masculina y baja fertilidad.

La vitamina D y testosterona

De acuerdo con la investigación de la Universidad de Medicina de Graz, Austria, La vitamina D aumenta los niveles de testosterona en los hombres. En un estudio, 160 hombres con sobrepeso se les dio vitamina D durante 12 meses con el fin de probar los efectos de los nutrientes en sus niveles hormonales. Para el final del estudio doble ciego, controlado con placebo, los hombres que recibieron 3.332 UI de vitamina D al día tenían significativamente mayores niveles de testosterona que los que recibieron placebo. A través de aumento de los niveles de hormonas masculinas, los hombres deben experimentar aumento de la energía, la vitalidad, la libido y el

rendimiento sexual. Se completa el cuerpo con testosterona artificial puede ser a la vez peligroso y caro. productos naturales, tales como la vitamina D que aumentan la producción de testosterona son, con mucho más preferible para la mayoría de los hombres por ahí que quieren mejorar de forma segura el equilibrio hormonal.

causa secreta de la disfunción eréctil

La disfunción eréctil y la impotencia son condiciones complicadas con muchas causas posibles; físicos, hormonales y psicológicos. En comparación con otras formas de tratamiento, vitamina D es una de las pocas vitaminas para trabajar en todas estas causas. La vitamina D tiene un notable efecto sobre la producción de óxido nítrico (NO); un producto químico responsable de la dilatación de los vasos

sanguíneos en el pene. Los estudios en animales han demostrado que los animales deficientes en vitamina D producen la mitad la cantidad de lo normal NO, en comparación con los animales con niveles normales de vitamina D. Los científicos del Instituto Luz del sol, EE.UU. también han encontrado que la vitamina D es eficaz en el tratamiento de la disfunción eréctil asociada con la enfermedad cardiovascular, como la hipertensión, el colesterol alto, el accidente cerebrovascular y ataque cardíaco. La vitamina D es un potente protector para todo el sistema cardiovascular, incluyendo el pene, y la suplementación con vitamina D ha demostrado reducir el riesgo de muerte por enfermedad cardiovascular en un 61%.

la tristeza del invierno SAD

Es difícil tener que *levantarse e ir* sensación cuando se siente deprimido. La depresión en los hombres es una causa común y muy poderosa para la disminución de la libido y disfunción eréctil. Mientras que en muchos casos es la depresión psicógena y es puramente emocional en la naturaleza, para muchos hombres es la causa nutricional. Durante los meses de invierno es más común que las personas se sienten azul, y una de las razones de esto es el estado de vitamina D en declive en el cuerpo de la exposición solar reducida. Cuando blues de invierno sean tan graves como para requerir un diagnóstico clínico, que se denomina como trastorno afectivo estacional, o SAD.

Los suplementos de vitamina D es a menudo el tratamiento primario para los

hombres que sufren de trastorno afectivo estacional. Además, los científicos de la Universidad de Teherán de Ciencias Médicas, Irán encontró que la vitamina D combinada con antidepresivos fue un tratamiento más eficaz para los pacientes con depresión mayor que la medicación sola. Así que para traer la primavera de nuevo en su paso, aligerar su estado de ánimo, y mejorar la acción entre las sábanas, la vitamina D podría ser justo lo que recetó el doctor.

pene Crèmes Salud

[cremasdesalud

pene son productos terapéuticos diseñados para apoyar a los tejidos conectivos, la circulación y el rendimiento del pene. No es aconsejable el uso de la mayoría de los tipos de productos químicos artificiales que

se encuentran en cremas y jabones en el pene, ya que las células de la piel son muy sensibles. cremas masculinas especializadas (**la mayoría de los profesionales recomiendan Man1Man Petróleo**) utilizar nutrientes, como la vitamina D, en una base de manteca de karité para la absorción rápida. Esto toma los nutrientes directamente a los tejidos que lo requieran, el apoyo a la producción de hormonas, la salud de los vasos sanguíneos y la sensibilidad de los nervios. Para los hombres que quieren mejorar la salud del pene de forma natural y segura, utilizando cremas para la salud del pene como fuente principal de vitamina D soportará todo el sistema reproductivo de una manera holística.

[Source](#) by [John Dugan](#)