

¿Qué tan seguro es jelqing? ¿Duele? ¿Qué hay de impotencia, disfunción eréctil u otros efectos secundarios de rendimiento sexual? ¿Pueden las técnicas de agrandamiento del pene como el jelq en realidad causar más daño que bien? Cualquiera de estas preguntas le suena familiar? Si usted es como las decenas de millones de hombres que sienten algún tipo de inseguridad acerca de su anatomía, lo más probable es que usted ha oído algo sobre el ejercicio mejora masculina natural. Si bien gran parte de esta información es verdadera y útil e incluso puede revolucionar su autoestima sexual y la confianza en sí mismo, hay un montón de hecho de peligros poco conocidos a cualquier programa de agrandamiento del pene, y que incluye ejercicio.

curiosidad por saber más? Seguir leyendo mientras tomamos una mirada más cercana a continuación

Archivado en:..? Jelqing explicó

¿Cuál es tan esta técnica que suena extraño supone que debe hacer

La verdad es que el ejercicio está diseñado para tanto el estrés y el estiramiento que esponjoso tejido en la cámara del pene haciendo que se expanda. Este proceso también se piensa para ampliar la capacidad del pene para mantener la sangre mientras erecto.

En pocas palabras?

Todo esto se lleva a cabo mediante el estiramiento de forma sistemática, haciendo hincapié y que se extiende el tejido flexible en el pene hasta que se rompe y se vuelve a generar.

Este nuevo tejido crece de nuevo “más duro” o más grueso, y se piensa que es capaz de mantener hasta un 25% más sangre mientras está erecto. La anatomía subyacente también puede verse afectado por el proceso repetido de estirar el tejido del pene esponjosa, lo que significa que incluso cuando flácida, el pene debe ser más largo y más fuerte.

Todo suena muy bien, ¿verdad?

¡Lo hace! Veamos 7 maneras de que en realidad se puede hacer daño a su anatomía, si no se tiene cuidado

- 1 -. dolor en el pene debido a demasiada presión
- 2 - cicatrización del pene
- 3 - daño de los vasos sanguíneos
- 4 - entumecimiento del pene
- 5 - lado el rendimiento sexual afecta (más

comúnmente la disfunción eréctil durante varios días después de jelqing incorrectamente)

6 - Dificultad para alcanzar el orgasmo (o disminución de la sensibilidad y el placer del orgasmo)

7 - Una inesperada caída en la libido o deseo sexual

La verdad? Mientras que todos estos efectos secundarios son temporales y completamente reversible, que pueden evitarse también. El aprendizaje de las técnicas de mejora naturales masculino correctas son a menudo mucho más que la lectura de un simple artículo en línea, y con frecuencia pagan dividendos que van más allá de las dimensiones ... y que incluyen la seguridad también.

Veamos algunas maneras rápidas y fáciles

puede asegurarse de que usted no sólo está haciendo un ejercicio importante de forma segura, también está aprendiendo a hacerlo de una manera que maximice su impulso, así

1 -. siempre hacer un calentamiento y se caliente por proceso antes de comenzar cualquier programa de ejercicios mejora masculina natural

2 -. Entender que jelqing no es un ejercicio o actividad sexual. No es la intención de emular la masturbación en modo alguno, y no está destinado a provocar la excitación de cualquier tipo

3 -. Como el anterior, que no debe hacer ningún ejercicio de la ampliación masculina con una erección. Puede parecer contrario a la intuición, pero confía en mí, no es una buena idea para aumentar el tamaño, o

para la seguridad

4 -. Use un lubricante para proteger su piel

5 - Inicio lento y obtener cómodo. Grandes ganancias provienen de la técnica

adecuada, el compromiso y la coherencia.

El permanecer atento a los 3 será la mejor

inversión que ha hecho en su tamaño y su

autoestima sexual para arrancar!

[Source](#) by [Anthony J. Rigliosi](#)