

Nada puede ser peor que la disfunción eréctil de un hombre. No sólo esto, puede ser una experiencia destruir si su pene que no solo cuando está a punto de conseguir intimidad con su mujer.

La disfunción eréctil es muy común entre los hombres y es común a través de todas las edades. A pesar de que es en su mayoría hombres de edad avanzada que se ven afectados con problemas de erección, un montón de chicos jóvenes también se enfrentan a problemas en este departamento. No sólo esto, es suficiente para poner a cualquier hombre bajo mucho estrés.

Sin embargo, la mejor manera de superar el trastorno eréctil es tratar de aumentar la producción de óxido nítrico en el cuerpo. el óxido nítrico es crucial, ya que es

responsable de hacer los músculos del pene suaves relajan de manera que los vasos sanguíneos se dilatan y más sangre puede ser permitido en el pene que resulta en más fuerte, más rígido y erecciones más duraderas.

Esto es exactamente lo que el Viagra se sabe que hacer

Sin embargo, hay algunas fuentes naturales que pueden aumentar la producción de óxido nítrico en el cuerpo y algunos de ellos incluyen:.

**1. L-arginina** - Este aminoácido es muy bueno para sus erecciones. No sólo aumentan la síntesis de óxido nítrico sino que también ayuda a aumentar la producción de la hormona sexual masculina testosterona. Comer frijoles, pescado, tales como cangrejos, camarones, salmón o el

cable, la carne magra pueden garantizar un buen suministro de L-arginina. Si usted es vegetariano, puede hacer que la espinaca, el brócoli, etc.,

**2. Granadas** - Este es el último fruto del amor. Puede ser el alimento natural más eficaz para aumentar los niveles de óxido nítrico en el cuerpo. No sólo ayuda a asegurar erecciones más duras y más duras, pero también es ideal para su libido o deseo sexual.

**3. Watermelon-** Esta fruta también es ideal para clavar encima de sus niveles de óxido nítrico. La carne de esta fruta contiene una llamada citrulina compuesto que consigue convertida en arginina debido a la reacción enzimática. No es de extrañar, los árabes son conocidos por su libido.

**4. Horny Goat Weed** - Esta es otra hierba

que puede aumentar los niveles de NO en su cuerpo y garantizar un mayor flujo sanguíneo hacia el pene. También inhibe la enzima PDE5 que le impide conseguir una erección.

Hay muchas píldoras a base de hierbas y aceites que se cargan con tales ingredientes naturales y pueden asegurar erecciones más duras. Aunque las píldoras son grandes, que pueden tomar tiempo para producir erecciones. Un aceite de erección puede producir una erección al instante.

Esta es la razón por la mayoría de los hombres prefieren este tipo de aceites. No sólo esto, se utiliza sólo cuando lo necesite. Por lo tanto, si usted quiere obtener una erección más rápida y el poder para durar hasta 2 horas, Salida el mejor aceite de

erección que es esencial para la cada  
hombre.

[Source](#) by [Tim Bryant](#)