Mira este video en donde se te revela cómo puedes mejorar las erecciones con un remedio casero muy efectivo: el ayuno.
La principal causa de malas erecciones son bajos niveles de testosterona. El hígado juega un papel muy importante en la optimización hormonal, ya que es el órgano desintoxicador que elimina toxinas que atenta contra nuestros niveles hormonales. Desafortunadamente ciertos hábitos y sustancias (beber alcohol, el azúcar…etc) pueden afectar el desempeño de este. Este ayuno ayuda a recargar el hígado para que vuelva a trabajar con efectividad y de esta manera elimina las toxinas que afectan los niveles de la testosterona.