

A pesar de que es un tema que la mayoría de los hombres son reacios a discutir, la disfunción eréctil se afectan aproximadamente al 85% de los varones adultos al menos una vez durante el curso de su vida . La disfunción sexual masculina puede ser la causa de muchas enfermedades relacionadas, tales como la depresión, pérdida de la autoestima y problemas de relación, que a su vez afectan negativamente a la función sexual, y puede conducir a un círculo vicioso que puede ser difícil escapar. La buena noticia es que el cuidado de la salud del pene adecuada, que incluye un régimen de una buena nutrición, ejercicio y tratamiento diario con una crema salud del pene que contiene vitaminas y humectantes naturales (profesionales de la salud recomiendan

Hombre 1 Oil Man) puede ayudar a prevenir la impotencia y restaurar la función sexual saludable .

## **¿Qué causa la disfunción eréctil?**

la disfunción eréctil es, simplemente, la incapacidad para lograr una erección o para mantener un tiempo suficiente para completar el acto sexual a través de la eyaculación. La excitación sexual es un proceso complejo, y hay muchos factores que pueden afectar el desempeño sexual del hombre; la disfunción eréctil puede ser un síntoma de una amplia gama de problemas emocionales o físicos. Algunas de las causas más comunes de deterioro de la función sexual son los siguientes:

- La mala salud cardiovascular: Con el fin de que ocurra una erección, el pene debe convertirse llena de sangre; problemas

cardíacos y circulatorios pueden impedir el flujo de sangre que se necesita para lograr una erección y mantenerla el tiempo suficiente para completar el acto sexual

- **Obesidad:**. El exceso de peso puede afectar a muchas funciones importantes del cuerpo, incluyendo la excitación sexual. El exceso de grasa corporal también puede afectar el vigor de un hombre, por lo que es difícil mantener la energía necesaria para tener relaciones sexuales con éxito

- **El estrés, la depresión y otros problemas de salud mental:**. El estrés juega un papel importante en los tipos de hormonas que están presentes en el cuerpo. Los hombres que están experimentando problemas de salud mental como el estrés, la depresión o la ansiedad pueden tener niveles bajos de lo normal de las hormonas que son necesarias

para desencadenar una erección

- Los problemas emocionales y socio de conflicto: Las emociones son también importante para la activación de la excitación sexual; los hombres que están teniendo problemas de relación pueden tener dificultades para lograr una erección el tiempo suficiente para completar el acto sexual

- fumar, las drogas y el consumo de alcohol: Los productos químicos que se encuentran en el tabaco de fumar, así como en el alcohol y recreativo drogas, interfieren con el proceso fisiológico complejo que se necesita para desencadenar una erección

- pérdida de la sensibilidad del pene: con el tiempo, el sexo agresivo y la masturbación puede llevar a templado, la

piel callosa en algunos hombres, causando una pérdida de sensación que se necesita para estimular la excitación sexual.

## **¿Son los medicamentos de venta con receta de la respuesta para el tratamiento de la disfunción eréctil?**

Mientras que los medicamentos de venta con receta que se han vuelto tan popular para el tratamiento de la disfunción eréctil en los últimos decenios pueden ser capaces de ayudar a algunos hombres, pueden causar numerosos efectos secundarios desagradables o incluso peligrosos y no deben ser considerados como una solución a largo plazo. La mejor manera de tratar la disfunción eréctil es descubrir la causa subyacente. Si bien es normal experimentar impotencia ocasional, los hombres que tienen problemas crónicos o recurrentes

con la excitación sexual debe buscar el consejo de un profesional médico.

## **¿Cómo evitar condiciones de pene que pueden conducir a la pérdida de la función sexual**

la mejor manera de prevenir problemas del pene, tales como disfunción eréctil es mantener un estilo de vida saludable comiendo una dieta equilibrada, lo que limita el consumo de alcohol, beber mucha agua, y evitando el uso de productos de tabaco; También es importante elegir parejas sexuales con cuidado. Además, se sugiere que una crema salud del pene, (profesionales de la salud recomiendan Hombre 1 Oil Man) que contiene vitaminas del pene específica, minerales y otros nutrientes esenciales debe utilizar diariamente para hidratar la piel y proteger

el pene de infecciones bacterianas o por hongos y contaminantes ambientales que puede conducir a problemas de salud más graves del pene.

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