

La disfunción eréctil es una disfunción sexual caracterizada por la incapacidad para desarrollar o mantener una erección durante el coito. Según el Dr. Oz, se estima que para el momento en que un hombre es de 40, 20% habrá sufrido de disfunción eréctil. Cada año este porcentaje va en aumento. Lo que hace que los hombres a sufrir con esta enfermedad pueden variar. La causa general de la disfunción eréctil se puede dividir en 2 tipos:

Causas psicológicas

causas físicas

## **Las causas psicológicas**

Para algunos hombres, la disfunción eréctil pueden desarrollar con la edad y la aparición de estrés y depresión. Las emociones pueden afectar en gran medida el rendimiento sexual incluyendo estar

nervioso o tímido sobre tener relaciones sexuales. Tener una comunicación abierta con su pareja sexual puede aliviar una gran parte del estrés y, posiblemente, la disfunción eréctil en sí. En algunos casos, puede necesitar ser tratado con el fin de llegar a la raíz del problema que está causando la disfunción eréctil ayuda psicológica profesional. Buscar la ayuda de un terapeuta sexual también puede ser un tratamiento efectivo. Con un terapeuta sexual, se recomienda que su pareja sexual vienen a lo largo de por lo menos durante la visita inicial, para ayudar a discutir cualquier problema de comunicación que pueda estar experimentando.

## **Las causas físicas**

Algunas de las causas físicas más comunes de la disfunción eréctil son la hipertensión

arterial, los vasos sanguíneos obstruidos, las enfermedades del corazón, la diabetes, la obesidad, la enfermedad de Parkinson, la esclerosis múltiple, los niveles bajos de testosterona, enfermedad de Peyronie, el uso del tabaco, el abuso de sustancias incluyendo el alcoholismo , cirugías pélvicas anteriores y ciertos medicamentos prescritos. Por supuesto que podría haber otras causas físicas de la disfunción eréctil no en la lista, que su médico pueda detectar. Existen varios tratamientos diferentes para causado físicamente la disfunción eréctil, algunos de los cuales pueden ser extremadamente costosos. Los dos tratamientos más populares son la cirugía y suplementos naturales.

## **Los tratamientos quirúrgicos**

Los tratamientos quirúrgicos para la

disfunción eréctil pueden incluir inyecciones directas al pene, prótesis de pene y cirugía vascular. Estas cirugías pueden ser extremadamente invasiva, costosa e incluso peligroso. Los procedimientos quirúrgicos no están garantizados para curar la disfunción eréctil y puede dejar resultados devastadores. Posible tratamiento quirúrgico debe ser discutido a fondo con su médico. Debido a los riesgos involucrados, la cirugía debe dejarse siempre como último recurso, sólo después de que se hayan agotado otras opciones de tratamiento.

## **Suplementos Naturales**

Los tratamientos alternativos tales como , tomar suplementos naturales, ha sido una opción popular para el tratamiento de

Disfunción eréctil. De hecho, el uso de hierbas naturales es una práctica que ha existido desde hace miles de años. Las hierbas naturales y suplementos son conocidos por mejorar y aumentar el flujo de sangre al pene. Éstos son algunos de los ingredientes naturales más eficaces utilizados para el tratamiento de la disfunción eréctil:

### **Granada 70% elágico**

El ácido elágico, un ácido fenólico se encuentra en las bayas, la granada, uvas y nueces. El ácido elágico ha mostrado ser un atributo positivo en el tratamiento de la disfunción eréctil. Lo hace mediante el aumento de suministro de óxido nítrico (NO), que tiene un papel definitivo en el mantenimiento del flujo sanguíneo (y por lo tanto la erección) de su pene. Los estudios

también han demostrado que el ácido elálgico actúa como un fuerte estimulante sexual y afrodisíaco que finalmente conduce a la vez la emoción más larga y una mayor capacidad de erección.

## **Muira Puama**

Muira Puama o madera de la potencia es uno de los botánicos más activo con una larga historia de uso tradicional como un tónico energético, mejorador de la salud general y el remedio para la impotencia y la insuficiencia sexual. Es conocido en algunos círculos como “el Viagra del Amazonas”. De acuerdo con un estudio publicado en el American Journal of Natural Medicine, de los 262 hombres que tomaron la Muira Puama, el 62% informó de un aumento del deseo sexual y erecciones más duras.

## **Epimedium Sagittatum (Horny Goat Weed)**

utilizado por los profesionales desde hace más de 2.000 años, la mala hierba córnea de cabra es una planta de hojas que durante mucho tiempo se ha utilizado para restaurar el rendimiento sexual y estimular la función eréctil. También mejora la producción de esperma y tiene una moderada influencia de andrógenos-como en los testículos, la próstata y los músculos anales, lo que influye en el deseo y la actividad sexual.

## **Tongkat Ali (Viagra asiática)**

Tongkat Ali es un árbol que ha sido utilizado durante muchos años por los hombres para aumentar el deseo sexual, la libido y el rendimiento sexual y para tratar la disfunción eréctil. Funciona mediante el



aumento de los niveles de la hormona testosterona. La testosterona es el principal responsable del crecimiento y desarrollo de los órganos reproductores masculinos, como el pene, los testículos, el escroto, próstata y vesículas seminales. Se presenta en diferentes proporciones de dosificación. Por ejemplo, 1:20 significa 20 gramos de raíz se utiliza para producir 1 gramo de extracto y es la dosis mínima recomendada para mejorar la función sexual y el tratamiento de la impotencia masculina.

### **metil sulfonil metano (MSM)**

MSM, el mineral de belleza, es necesario para la síntesis de colágeno en los tejidos (incluyendo los de pene). Químicamente, el MSM es una forma orgánica de azufre, un mineral abundante en el cuerpo. Presente de forma natural en la carne, leche,



pescado, verduras y frutas, que se pierde fácilmente en el procesamiento. Es, por lo tanto, importante utilizar un suplemento de salud natural que contiene cantidades suficientes de HSH.

MSM también impide que las células se conviertan rígida y áspera. El MSM también se cree para aliviar el estrés, el asma, la artritis, la inflamación, estreñimiento, candida, desintoxicar el cuerpo y, lo más importante, aumentar la circulación de la sangre a través del pene que mejora el aspecto de la salud general y la salud del pene e incluso embellece.

## **L-metionina**

L-metionina es un aminoácido esencial (proteína) que ayuda contra la eyaculación precoz. Este aminoácido esencial tiene algún papel en el crecimiento y desarrollo

del pene normal. Los aminoácidos esenciales son aquellos que deben ser adquiridos a través de la dieta o suplementos porque el cuerpo no puede producirlos. L-metionina también se cree que es esencial para la función del corazón y cerebro. Las mayores cantidades de metionina por cada 200 calorías que sirve principalmente se encuentran en el pescado, la carne y otros productos animales, pero algunas verduras son buenas fuentes también. Sin embargo, es difícil de incluir la “dosis diaria recomendada” de L-metionina por el consumo de la totalidad de tales fuentes de alimentos de manera regular. Nutricionistas, por lo tanto, recomiendan consumir un buen suplemento natural sobre una base diaria que contiene la

cantidad justa de L-metionina.

## **Maca**

Maca es una raíz o verdura que es ampliamente conocido para actuar como refuerzo libido y potenciador sexual. A diferencia de otras hierbas, que no afecta directamente a las hormonas sexuales. En lugar de ello se ha propuesto que proporciona niveles óptimos de nutrientes utilizados por el sistema endocrino del cuerpo. En un estudio que involucró a 4 meses de tratamiento con maca en nueve hombres adultos, aumento del volumen seminal, recuento de espermatozoides, y no se observaron motilidad de los espermatozoides.

## **Omega 3 de ácidos grasos**

suministro de sangre suave y consistente para el pene es una necesidad para la

erección, el crecimiento y un mejor rendimiento sexual. Para realmente obtener la sangre que va, los nutrientes naturales que mejoran la circulación, tales como los ácidos grasos omega-3 son mejores.

Omega-3 también hace la función del sistema nervioso mejor y como el sexo es realmente acerca de los circuitos, sino que también mejora su vida sexual.

## **Linaza**

linaza, también llamada semilla de lino, contiene una rica fuente de lignanos en su casco. Los lignanos son fitoestrógenos que son útiles en el mantenimiento de una relación saludable de testosterona. óptimos niveles de testosterona son cruciales para un impulso sexual planteado tanto para mujeres y hombres. Además de aumentar el deseo sexual, estas semillas-sabor a nuez

contienen ácidos grasos esenciales, incluidos los ácidos grasos omega-3 y omega-6, que son los principales bloques de construcción de todas las hormonas sexuales.

## **Cordyceps**

*Cordyceps sinensis* es un tipo de hongo que se ha utilizado en la medicina china desde hace miles de años. *Cordyceps sinensis* es un poderoso afrodisíaco. Estudios recientes realizados en China y Japón demostraron una tasa de éxito del 64 por ciento entre los hombres que sufren de impotencia. Los científicos han aislado dos componentes químicos en *Cordyceps* (desoxiadenosina) y ácido cordycepic (manitol), que se cree que son los compuestos activos que aumentan el deseo sexual.

Todos estos ingredientes son alternativas

seguras y naturales para procedimientos quirúrgicos . El uso de suplementos naturales ha demostrado ser un tratamiento exitoso para la disfunción eréctil. Un suplemento natural que incluye cada uno de estos ingredientes probados es MaleExtra. Independientemente de cuál es el plan de tratamiento que elija, hay ayuda para la disfunción eréctil.

[Source](#) by [Jorge Delorne](#)