

Quali sono gli afrodisiaci naturali che funzionano davvero?

Volete ravvivare l'intesa sessuale e, allo stesso tempo, consolidare la complicità con il partner? Un'interessante soluzione si può trovare nei cosiddetti afrodisiaci naturali. Il solo pensiero di assumere queste sostanze infatti, grazie all'effetto placebo e non solo, **contribuirà ad alimentare il vostro desiderio sessuale e a garantire performance davvero strepitose.**

In via preliminare è bene sottolineare che un afrodisiaco (il cui nome è un "omaggi" ad Afrodite, la dea greca dell'amore), per funzionare in maniera efficace, deve essere assunto da una persona assolutamente predisposta, psicologicamente e fisicamente, a riceverne gli effetti.

La componente psichica, infatti, è fondamentale affinché la sostanza in grado di esaltare la libido sortisca il proprio effetto.

Quale afrodisiaco scegliere?

Vediamo qui di seguito alcuni afrodisiaci naturali, facilmente reperibili in erboristeria, analizzandone il funzionamento e l'efficacia:



Rhodiola Rosea

La Rhodiola Rosea, che appartiene alla famiglia delle Crassulaceae, è una pianta erbacea in grado di stimolare il desiderio sessuale femminile e di intensificare il piacere legato all'orgasmo.

In effetti questa sostanza è un adattogeno in grado di ridurre in maniera significativa le condizioni di stress, le quali deprimono il sistema immunitario e sono talora causa di squilibri ormonali e di disfunzioni sessuali.

Pausinystalia yohimbe

Questa pianta originaria dell’Africa occidentale, tradizionalmente usata dagli indigeni per migliorare l’erezione durante la prima notte di nozze, è un alcaloide in grado di agire a livello del sistema centrale, riducendo l’attività inibitoria sull’erezione e, a livello periferico, favorendo la vasodilatazione. Va detto, tuttavia, che in alcuni Paesi è vietata la vendita di questa sostanza a causa dei suoi possibili effetti collaterali, tra cui emicrania, pressione alta, insonnia.

Guaranà

Il Guaranà, il cui nome botanico è Paullinia Cupana, è una pianta rampicante originaria del Sud America. Essa è un potente afrodisiaco naturale. Il guaranà, infatti, è in grado di migliorare le performance sessuali: è particolarmente indicato per le persone un po’ più in là con gli anni a cui il desiderio non manca, ma che, tuttavia, hanno bisogno di un “aiutino” per una migliore prestazione erotica.

Maca

Questa pianta perenne, originaria del Perù, il cui nome botanico è Lepidium meyenii, può essere considerata una sorta di viagra naturale. La maca contrasta la stanchezza sessuale e, contestualmente, aumenta il desiderio sia maschile che femminile. **Essendo ricca di alcaloidi, questa pianta è in grado di agire sull’ipotalamo**, che presiede alle le connessioni tra sistema nervoso centrale e sistema ormonale, determinando una stimolazione delle ghiandole surrenali e un effetto energizzante sulle gonadi, ovvero le ghiandole sessuali. La maca è utilizzata anche per combattere l’infertilità maschile.

Ginseng

Da secoli il ginseng, pianta che appartiene alla famiglia delle Araliaceae, è utilizzato in Oriente (soprattutto in Cina e in Corea) come afrodisiaco naturale. Essendo ricco di ginsenosidi, il ginseng produce sull’organismo un’azione energizzante e antistress, riducendo in tal modo l’anorgasmia e l’assenza di desiderio.



Muiria Pauma

La Muiria Pauma, un'erba officinale originaria dell'Amazzonia brasiliana, contiene un alcaloide simile a quello della Pausinystalia yohimbe e, come quest'ultima, agisce come un potente vasodilatatore. Essa è ideale sia per aumentare il desiderio maschile che quello femminile.

Ginkgo bilboa

Il ginkgo bilboa è una pianta medicinale di origine cinese in grado di risvegliare la libido e di rendere il rapporto sessuale più performante. **Essendo ricca di antiossidanti (flavonoidi e terapeuti) migliora le funzioni dell'apparato circolatorio** che, a sua volta, influisce positivamente sulle performance in camera da letto.

Damiana

La Damiana (Turnera diffusa aphrodisiaca), che appartiene alla famiglia delle Turneraceae, è un piccolo arbusto originario dell'America. Questo afrodisiaco naturale, agendo sul centro sacrale-pelvico, è in grado di contrastare in maniera efficace i deficit erettivi. Trattandosi anche un ottimo antidepressivo, in quanto migliora il tono dell'umore, costituisce un rimedio per l'impotenza legata a fattori di ordine psicologico.

Tribulus Terrestris

Il tribulus terrestris è un'erba officinale che cresce sia in Asia che in Africa. Questa pianta è in grado di aumentare il testosterone e di conseguenza di migliorare la performance erotica maschile. Essa, inoltre, stimola anche l'attività spermatogenica, riducendo, di conseguenza, l'eventuale infertilità maschile. Gli alcaloidi presenti nel tribulus terrestris, d'altra parte, influiscono positivamente sulla pressione sanguigna, migliorando la vasodilatazione.

Quando funzionano gli afrodisiaci naturali?

Gli afrodisiaci naturali, citati anche nel Kama Sutra, il celebre trattato indiano sul comportamento erotico degli esseri umani, costituiscono un ottimo rimedio per aumentare il vigore sessuale. Tuttavia va precisato che essi sono in grado di influire positivamente sull'attività erotica solo nel caso in cui le défaillance sotto le coperte non siano legate a particolari patologie, ma siano determinate da cause di natura psicologica, dalla stanchezza o dallo stress.