

Los Higos.

El higo es una jugosa y sensual fruta que también te hace bien: está repleta de aminoácidos, que mejoran al estamina sexual y algunos dicen que aumenta la libido. Además están deliciosos.

La Sandia.

Sabes cómo funciona la viagra, ¿no? La pequeña pastillita relaja los vasos sanguíneos para permitir que la sangre fluya hacia esas partes de la anatomía que deben estar activas durante el sexo. De acuerdo con unos estudios realizados en Texas, las sandías son una fuente de citrulina y arginina, 2 ácidos que previenen el óxido nítrico ¿Y qué tiene que ver el óxido nítrico con los vasos sanguíneos?



El Ajo.

También es bueno para la circulación. Aquí está la prueba científica: El ajo contiene alicina, que ayuda a la circulación de la sangre e incrementa la libido. Está el pequeño inconveniente del aliento, claro, pero si ella lo come a la vez, no lo notaréis, no hay problema.

Helado de Vainilla.

¿Con todos los alimentos que te hemos mostrado y ahora te damos el postre? Increíble, pero la vainilla tiene cualidades afrodisíacas.

Es uno de los olores más populares del mundo, presente en todo, desde esas velas enormes que a ella le encanta comprar hasta los ambientadores de baño. Pero hay un motivo, el olor de la vainilla aumenta el flujo de sangre en el pene. Tómallo con higos y pudding.



¡¡ASÓCIATE A PAMAC!!



POTENCIA

Tu libido

Tras el Divorcio



Por la Co-Responsabilidad Parental  Padres y Madres en acción	Por ti, corazón... ¡Custodia Compartida ! Sweetheart, for you... Joint Custody Now ! www.padresdivorciados.es usedimad@gmail.com 649 116 241
---	--

Con tu Ayuda y

Colaboración Conseguiremos

la Custodia Compartida

de nuestros hijos, de forma Automática

Boletín de Suscripción:

Nombre: _____

Apellidos: _____

Domicilio: _____ nº _____

Población: _____

C.P.: _____ N.I.F.: _____

e-mail.: _____

Tlf.: _____

**Si, deseo pertenecer a la Asociación
Padres y Madres en Acción (PAMAC),
abonando la cantidad de:**

● **84´00 €** Anuales ☐

● _____ € Por Donación ☐

Ingresando en la Cuenta de la Asociación
Nº: **2038-1893-75-6000068701** ó
domiciliando el pago en el Banco/Caja: _____

Calle: _____ nº: _____

Población: _____ C.P.: _____

Entidad Oficina D.C. Cuenta

□□□□ □□□□ □□ □□□□□□□□□□

En _____ a ____ de _____ de 20____

Firmado:

Alimentos que potencian tu libido.

Las Ostras

Es el alimento afrodisíaco más famoso. ¿Un simple mito moderno? La realidad es que no. Las ostras contienen zinc (bueno para la producción de esperma), testosterona y dopamina, una hormona que incrementa la libido.

La Miel

¿Cuándo es el momento tradicional de ponerse juguetones? La luna de miel. Y ¿Por qué se llama así? Por una antigua costumbre, probablemente persa, según la cual los recién casados bebían durante un mes una fermentación alcohólica hecha a partir de la miel, el hidromiel, lo que les mantenía ocupados fabricando pequeños persas. La miel está repleta de vitamina B, que ayuda a la producción de testosterona. Además, produce un tipo de energía que se va soltando poco a poco.



Los Tomates

Wow. Todo rojo y lascivo... En partes de Europa, el tomate era apodado la 'manzana del amor' por sus cualidades afrodisíacas y fue prohibido en Roma como la fruta del demonio. La piel del tomate es rica en licopeno, que es esencial para la salud de la próstata, y

el alto contenido en beta caroteno se convierte en vitamina A, lo que efectúa maravillas en tus partes privadas.

El Arroz integral

Si una dieta te convierte en un dios del amor, vas a necesitar estamina. El arroz integral es también de combustión lenta y contiene mucha vitamina B en cada grano. Tomar arroz integral nos provee de magnesio, lo que ayuda a la contracción muscular y por tanto a la parte mecánica del acto sexual y el orgasmo.

El Aguacate.

El nombre de esta fruta viene del término azteca para denominar a los testículos. Es en parte por su forma, pero también por los efectos que tiene. Los aguacates son ricos en vitamina B6, una importante fuente para la producción de hormonas masculinas.

Las Nueces de Brasil.

No son necesariamente beneficiosas para la libido, pero si quieres tener hijos serán tus mejores amigas. Las dietas modernas, según algunas investigaciones, son normalmente bajas en selenio, un elemento químico que ayuda a prevenir daños en el esperma. Las nueces de Brasil, como habrás adivinado, son una rica fuente de selenio. Tres al día bastan para tener un esperma más saludable.

