Foro de economía y estilo de vida - foro.preguntasfrecuentes.net - Foro de economía y estilo de vida Generado: 18 December, 2025, 17:00
Polivitamínicos: ¿Fuente de salud, energía y sexo? Escrito por Arti - 16/07/2013 09:32
Me gustaría saber vuestra opinión sobre cómo afecta tomar un complejo vitamínico regularmente como complemento de la alimentación a la líbido especialmente. Soy una persona bastante deportista y sé que con tanto ejercicio es recomendable tomar vitaminas con sus correspondientes descansos entre trimestre y trimestre. Ahora llevo un tiempo sin tomarlas y a ello achaco mi desgana sexual. ¿ Podríais ayudarme?
Gracias de antemano.
Re: Polivitamínicos: ¿Fuente de salud, energía y sexo? Escrito por Preguntas Frecuentes - 18/07/2013 08:21
La incorporación de vitaminas en dosis recomendadas y una dieta adecuada, haciendo ejercicio debería hacer que tengas un estilo de vida saludable y hacer que te encuentres bien, potenciando también tu líbido.
En ocasiones esa desgana es mas bien de tipo emocional, por estres, problemas de pareja, problemas

laborables, ansiedad, depresión...

Salu2