

# 7 MÉTODOS

INFALIBLES

PARA CONVERTIRTE EN UN

**SEMENTAL**

*En La Cama*

**GARANTIZADO!**



# Cómo Curar La Eyaculación Precoz Naturalmente En Casa - **7 mejores maneras de tener sexo más largo.**



**Por: Carlos Pérez**

*Experto en terapia de pareja y sexualidad.*

[SementalEnLaCama.Site](http://SementalEnLaCama.Site) – Carlos Pérez

## ¿Busca cómo curar la eyaculación precoz de forma natural en casa?

La eyaculación precoz (también conocida como EP) es una disfunción sexual en la que la persona que la padece eyacula en un par de minutos tras el coito o antes de que su pareja haya alcanzado el clímax.

Existen muchas píldoras y dispositivos que dicen ayudar a los hombres detener la eyaculación precoz, pero muchos de ellos tienen efectos secundarios desagradables. Las píldoras y los dispositivos también pueden privar del placer de hacer el amor de forma espontánea en el momento.

Afortunadamente, **existen varios métodos naturales** que ayudan al hombre a controlar mejor su excitación sexual y a prevenir la eyaculación precoz.

Vamos a hablar de siete de estos poderosos métodos para evitar el clímax precoz que pueden permitirle durar en la cama mucho más tiempo de lo habitual.

## **#1. Cómo curar la eyaculación precoz naturalmente en casa consumiendo regularmente la hierba Ashwagandha.**

**Ashwagandha** es una hierba maravillosa que crece en la India y que ha sido utilizada desde hace miles de años como un poderoso afrodisíaco.

Es una hierba que cura una amplia gama de problemas sexuales, incluyendo la impotencia y la eyaculación precoz. Aumenta la capacidad del hombre para mantener una erección durante más tiempo y también mejora su resistencia sexual para durar más tiempo en la cama.

Se ha utilizado desde la antigüedad como remedio natural para curar la eyaculación precoz.

Ashwagandha aumenta la potencia sexual masculina y potencia la libido en los hombres, aumentando así su deseo sexual. También aumenta el número y la calidad de los espermatozoides, incrementando así la fertilidad masculina.

El consumo de Ashwagandha revitaliza y rejuvenece todo el cuerpo, especialmente los órganos reproductores. Revitaliza los nervios y aumenta el nivel de energía del cuerpo.

Ayuda a eliminar la fatiga y la debilidad de su cuerpo. También produce una profunda relajación del cuerpo y la mente y ayuda a conseguir un sueño más profundo y reparador.

La Ashwagandha también actúa como agente antienvjecimiento y ayuda a mantener la juventud de su piel y sus órganos internos. Refuerza la inmunidad de su cuerpo frente a las enfermedades y también ayuda a reducir el estrés bajando la presión arterial y calmando los nervios.

Regula el nivel de azúcar y colesterol en el cuerpo y ayuda a mantenerlos dentro de los límites normales.

Los beneficios sexuales y de salud en general de esta hierba son tan numerosos que es muy recomendable consumirla a diario. Puedes encontrar fácilmente la Ashwagandha en forma de cápsulas en cualquier tienda de hierbas e incluso puedes pedirla online.



## **#2. Un buen remedio para la eyaculación precoz es hacer el amor en la pose de pinza**

Tener relaciones sexuales en la **postura del clip** es un remedio realmente bueno para la eyaculación precoz. Esta posición en particular ayuda al hombre a durar más tiempo porque en esta posición el cuerpo del hombre se alinea de tal manera que su resistencia sexual se mejora.



Es una posición bastante sencilla de adoptar.

- Te acuestas de espaldas con el pene erecto y las piernas juntas.
- Ella se sienta en tu regazo de cara a ti, monta tu pene y luego se inclina hacia atrás para apoyar su peso en las manos.
- Entonces empieza a mover sus caderas hacia arriba y hacia abajo sobre tu pene haciendo movimientos rítmicos.
- Ahora puedes poner tus manos entre sus piernas y estimular su clítoris para aumentar su excitación.

Esta posición te permite mantener el coito durante más tiempo porque tu cuerpo está en una posición relativamente cómoda. La estimulación recibida en el sensible glándulo de tu pene en esta posición es más suave comparada con la que recibirías si estuvieras encima de la mujer.

Además, puedes estimular su clítoris con tus dedos y aumentar aún más su excitación, en esta posición. Así podrás llevarla al orgasmo más rápidamente y asegurarte de que llegue al clímax antes que tú.

### **#3. Durar más durante el coito comiendo higos.**

Aprender cómo curar la eyaculación precoz naturalmente en casa comienza con tener la nutrición adecuada. Los higos son uno de esos alimentos que ayudan a aumentar su potencia sexual.

Remoje los higos en leche y déjelos durante la noche. El consumo de esta leche junto con los higos en la mañana aumentará su resistencia sexual y le ayudará a durar más tiempo durante el coito.

Los higos son ricos en aminoácidos que ayudan a aumentar la libido. Los aminoácidos desempeñan un papel vital en el funcionamiento sexual saludable del cuerpo. Ayudan a aumentar el nivel de óxido nítrico en su cuerpo, mejorando así el flujo de sangre a su pene.

Los higos son muy populares para aumentar la resistencia sexual y la vitalidad. También actúan como afrodisíacos.

Su sabor y olor pueden aumentar sus sentidos y ayudar a incrementar su vigor sexual. Los higos se han utilizado desde la antigüedad para curar las debilidades sexuales.

### **#4. Durar más en la cama mediante afirmaciones sexuales positivas**

Los factores psicológicos son una de las principales causas de la eyaculación precoz.

La mayoría de los hombres que sufren eyaculación precoz tienden a tener una menor autoestima y son más propensos a la ansiedad por el rendimiento. Aunque puedan ser audaces y desenvueltos en su vida cotidiana, cuando se

trata del dormitorio, su imagen de sí mismos puede no ser tan poderosa.

Las afirmaciones sexuales positivas son una forma eficaz de reprogramar el cerebro para mejorar el rendimiento sexual. Varios estudios psicológicos han demostrado la eficacia de las conversaciones positivas para producir cambios de comportamiento permanentes.

Aprender a controlar mejor su pene y a durar más tiempo en la cama puede ser mucho más fácil si combina las afirmaciones positivas con los ejercicios y alimentos adecuados.

Tenga en cuenta que las afirmaciones deben estar en tiempo presente y deben comenzar con "yo" o "mi". He aquí algunos ejemplos.

- Mi resistencia sexual es excelente
- Soy capaz de complacer a mi pareja durante todo el tiempo que quiera
- Puedo hacer el amor con mi pareja durante mucho tiempo y disfrutar de cada segundo
- Tengo el autocontrol de un amante muy hábil
- Siempre me aseguro de que ella llegue al clímax antes que yo
- Doy y recibo placer con libertad y facilidad

Repita estas afirmaciones en tu mente, todas las noches justo antes de irte a la cama, y luego una vez más repítelas justo después de despertarte por la mañana. Estos son los dos mejores momentos en los que estas afirmaciones pueden calar en tu subconsciente y producir resultados sorprendentes.

## #5. La postura de yoga con las piernas elevadas es un ejercicio eficaz para durar más en la cama

Practicar **Uttana Padasana**, o la postura de la pierna elevada, es un método eficaz para durar más tiempo en la cama.

Este ejercicio de estiramiento es conocido por ser bastante poderoso en la mejora de la función del pene y es uno de los mejores métodos sobre cómo curar la eyaculación precoz naturalmente en casa.



### Procedure and Benefits of Uttana Padasana

**Aquí están los pasos para realizar este ejercicio.**

- Comience por acostarse en su colchoneta con las manos a los lados y los talones de las piernas tocando juntos. Esta es la postura inicial.
- Ahora, mientras inspiras, levanta ambas piernas hasta que formen un ángulo de 30 grados con el suelo. Ahora levanta la cabeza del suelo.

- Mantén esta postura durante 10 segundos y, poco a poco, vuelve a acercar las piernas y la cabeza al suelo.
- A continuación, respira profundamente y levanta ambas piernas hasta formar un ángulo de 60 grados. Al mismo tiempo, levanta la cabeza del suelo. Mantén esta posición durante 10 segundos. A continuación, baje gradualmente las piernas y la cabeza hasta el suelo.
- Repita los pasos 2 a 4 tres veces más.

Al principio, es posible que le resulte difícil levantar las dos piernas a la vez. En ese caso, puede levantar una pierna cada vez. Poco a poco, con la práctica suficiente, será lo suficientemente flexible y fuerte como para levantar ambas piernas al mismo tiempo.

Practica este ejercicio al menos 3 veces por semana. En pocas semanas, la fuerza de los músculos que rodean el pene aumentará y podrá durar más tiempo al hacer el amor.

## **#6. Deshágase de la eyaculación precoz practicando el ejercicio sexual Chi-Kong**

El **Chi-Kong sexual** es un antiguo ejercicio taoísta de Oriente que utilizaban los maestros de kung-fu sexual para aumentar la fuerza y la potencia de sus órganos sexuales mediante el control de la respiración.

El ejercicio Chi-Kong Sexual entrena al hombre para controlar el momento de su eyaculación y dominar su sensibilidad sexual a la estimulación externa.

## **Estos son los pasos para realizar este ejercicio.**

1. Concentre su mente en la frente, en medio de las cejas
2. Mantenga los ojos parcialmente cerrados y toque con la lengua el paladar.
3. Calma tu mente, respirando lenta y profundamente con el vientre, durante un tiempo de 2 minutos
4. Ahora baje el foco de su mente a la región justo detrás de su ombligo y concéntrese en ella.
5. Inhale aire por la nariz lentamente, paso a paso, haciendo inspiraciones cortas de 2 a 5 segundos de duración y siga expandiendo el abdomen. Llena tus pulmones de aire hasta que estén al máximo de su capacidad y no puedas inspirar más.
6. Ahora contenga la respiración y comience a mover el abdomen expandido hacia abajo contrayendo la parte superior del abdomen.
7. Siente cómo la presión empuja hacia abajo y se acumula contra la vejiga y la próstata.
8. Mueve lentamente la atención de tu mente hacia la zona de la próstata (unos 5 centímetros por debajo del ombligo)
9. Contraiga con fuerza todos los músculos que rodean el ano y manténgalos durante 1 ó 2 segundos.
10. A continuación, exhale lentamente el aire por la boca, mientras mueve el enfoque de su mente lentamente desde la próstata, a lo largo de la médula espinal, hasta la parte posterior de su cabeza, luego más arriba hasta la parte superior de la cabeza y finalmente hasta la frente. Debería experimentar un flujo de energía caliente, llamado Chi, que sube desde la zona de la próstata, a lo largo de la médula espinal, hasta la cabeza.
11. Ahora relaje todos los músculos y respire normalmente

## 12. Repita los pasos 3 a 11 cinco veces más

Practicar este ejercicio 3 o más veces cada semana fortalecerá enormemente los músculos alrededor de su pene y le dará un control mucho mejor sobre ellos durante las relaciones sexuales. Esto le ayudará a curar completamente la EP y a durar mucho más tiempo en la cama.

### **#7. Haz el amor más largo haciendo un masaje externo de próstata regularmente**

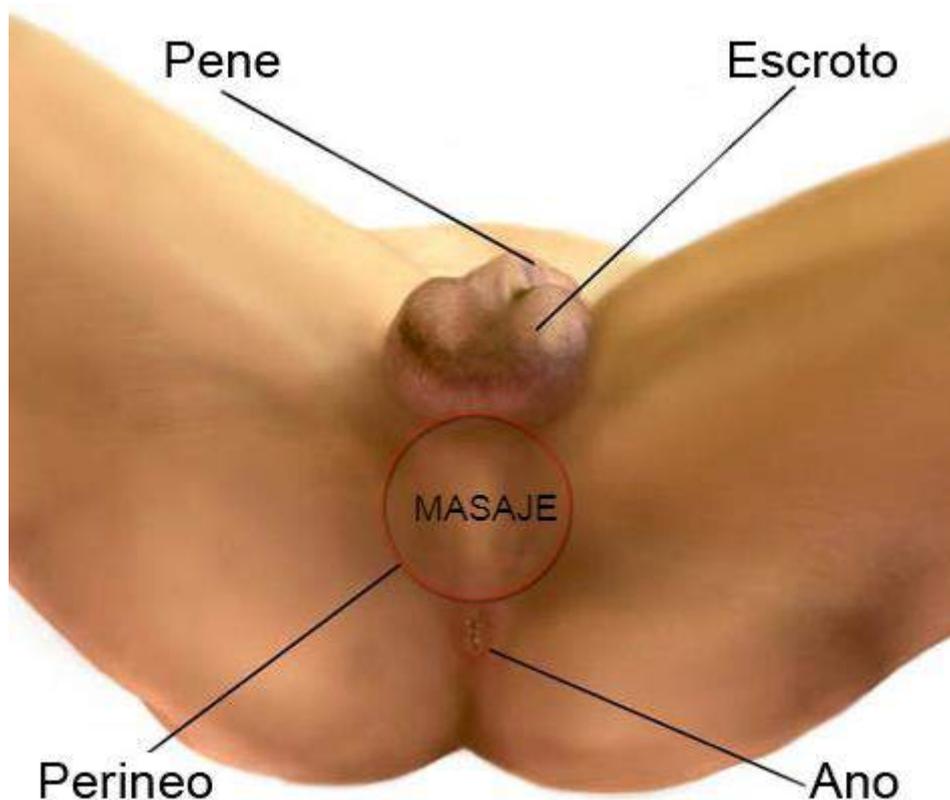
La próstata es un órgano vital del sistema reproductor masculino, y desempeña un papel fundamental en la eyaculación y el orgasmo.

La próstata es un órgano del tamaño de una nuez, situado directamente debajo de la vejiga. Se encuentra a unos 3 o 4 centímetros por debajo del ombligo.

Masajear la próstata libera grandes cantidades de estrés físico y emocional de su cuerpo, dejándole más relajado y tranquilo.

El masaje de la próstata también ayuda a liberar varias hormonas que son clave para la salud sexual y también ayuda a mejorar la circulación sanguínea alrededor de la próstata.

Aunque no se puede tocar directamente la próstata desde el exterior del cuerpo, ya que la próstata está conectada al perineo (región entre el ano y los testículos), se puede masajear indirectamente masajeando el perineo.



**A continuación, se explica cómo realizar un masaje externo de la próstata.**

- Túmbate desnudo en una cama o sofá, en un lugar donde no te molesten durante al menos 30 minutos. Túmbate de espaldas, apoyado en almohadas o cojines, con las piernas dobladas por las rodillas y llevadas hacia el pecho.
- Ten cerca un poco de aceite de coco en un cuenco. Asegúrate de tener una pequeña lámina de plástico debajo de ti, para recoger el aceite que se escurra durante el masaje, para no manchar la cama o el sofá.
- Coge un poco de aceite de coco en la palma de una mano y frota ambas manos para que las dos queden completamente cubiertas de aceite

- Ahora abre las piernas, pon las manos entre los muslos y empieza a masajear el perineo con los dedos hasta que estén completamente cubiertos de aceite.
- Sumerge los tres primeros dedos (índice, medio y anular) de una mano, en el recipiente de aceite de coco, y utilizando sólo estos tres dedos comienza a masajear tu perineo. Mueve los dedos con movimientos lentos y circulares alrededor del bulto del perineo. Masajea 9 veces en el sentido de las agujas del reloj y 9 veces en sentido contrario.
- A continuación, sumerja los pulgares de ambas manos en el cuenco de aceite. Ahora, colocando estos pulgares a cada lado de la protuberancia del perineo, comience a masajear de arriba a abajo. Presione con los pulgares en el perineo y masajee realizando lentos movimientos circulares.
- Sentirás una suave sensación de placer y una sensación de alivio y relajación. Tómate tu tiempo y ve despacio.
- Termina el masaje dándote un baño caliente

Realizar este masaje al menos una vez a la semana ayudará a mantener los músculos que rodean la próstata tonificados y relajados. Mejorará el flujo sanguíneo y el suministro de oxígeno a esta región y le ayudará a superar la EP.

Tras unas semanas de masaje regular, notará una notable mejora en su resistencia sexual.

# DESCARGA MÁS CONSEJOS Y TÉCNICAS AVANZADAS

Te presento: **“SEMENTAL EN LA CAMA”** Es un sistema natural que permite a través de técnicas avanzadas superar la EYACULACIÓN PRECOZ definitivamente.

*Mas de 9 mil hombres satisfechos con el "sistema" lo confirman.*



## ¿QUÉ LOGRARÁS CON SEMENTAL EN LA CAMA?

- \* Prolongar el orgasmo a 30 minutos o más.
- \* Conocer tu cuerpo y la de ella a la perfección.
- \* Posiciones sexuales para llegar a otros niveles de excitación.
- \* Aumentar la cantidad y calidad del semen.
- \* Y si estas solo, aprenderás técnicas para ligar chicas.
- \* Aumentar la testosterona naturalmente.
- \* **Y MUCHO MAS...**

## ¿QUÉ OBTIENES POR ADQUIRIR EL SISTEMA...?

- \* **Sistema:** "SEMENTAL EN LA CAMA" eliminar la eyaculación precoz.
- \* **eBOOK** Técnicas para estimular el PUNTO G.
- \* **eBOOK** Fantasías sexuales que a ellas les excita.
- \* **eBOOK** Posiciones sexuales para llevarla a orgasmos clitorianos.
- \* **eBOOK** Técnicas para hacer crecer el pene.
- \* **eBOOK** Eliminar la DISFUNCIÓN ERÉCTIL naturalmente.
- \* **eBOOK** Aumenta La Testosterona naturalmente.
- \* **eBOOK** Aumenta la CANTIDAD y CALIDAD del semen.
- \* **eBOOK** Técnicas psicológicas para seducir mujeres bellas.
- \* **eBOOK** El ABC del lenguaje corporal para seducir personas.
- \* **eBOOK** 69 posiciones para hacerle sexo oral a ella.
- \* **ACTUALIZACIONES DE POR VIDA GRATIS.**
- \* **GARANTÍA** de 30 días.

Puedes ver que descargando "**SEMENTAL EN LA CAMA**" literalmente puedes ELIMINAR cualquier problema sexual que tengas y tener un vida excitante con las mujeres que quieras...

A QUÉ ESPERAS DESCARGA: “**SEMENTAL EN LA CAMA**” AHORA! + 8 RECURSOS PREMIUM **GRATIS.**



¡Aprovecha esta oportunidad y conviértete en un **SEMENTAL**, [CLIC AQUÍ AHORA!](#) antes que venza la OFERTA: