



## **Maca : L'Aliment Idéal pour le Déséquilibre Hormonal, l'Anxiété, l'Énergie, le Sommeil et la Libido**

La poudre de Maca constitue un magnifique mélange de fibres, de glucides et de minéraux consommés par les [guerriers Inca](#) avant la bataille. Ce super aliment contribuait à la stimulation de leur combativité, leur libido, leur endurance et leur force. [La poudre de Maca](#) est indubitablement très populaire dans le milieu sportif en raison de sa richesse en éléments nutritifs.

### **Qu'est-ce que c'est la poudre de Maca ?**

[Sur les hauts plateaux andins du Pérou](#), à plus de 4 000 mètres, l'air est rare et pauvre en oxygène. C'est là qu'est cultivée la Maca, un tubercule aux allures de pomme de terre, qui a été surnommé « reine des Andes » par les populations locales en raison de ses vertus exceptionnelles.

### **La poudre de Maca contient :**

- Vitamines B1, B2, C, E,
- Minéraux et oligo-éléments, y compris le potassium, l'iode, le zinc, le calcium, [le magnésium](#), le phosphore, le fer, l'iode, le soufre, le bismuth, le silicium, le bore, l'étain et la silice.
- Acides gras, alcaloïdes et stérols.

## **La poudre de Maca peut booster votre libido naturellement :**

### **Les avantages pour la santé**

La poudre de Maca jouit de la capacité d'améliorer la fertilité.

Selon des études en laboratoire menées sur des rats, après avoir été nourris avec la Maca, **le nombre de spermatozoïdes a augmenté** chez les mâles et **le développement des follicules ovariens a augmenté chez les femelles**. Au Pérou, la Maca est un aphrodisiaque utilisé en vue de stimuler la puissance sexuelle ainsi que la fertilité.

Cette poudre contient des composés spécifiques tels les [macamides](#) et les **macaènes** qui peuvent considérablement augmenter vos niveaux d'énergie. Par ailleurs, la poudre de Maca a une teneur élevée en fer, manganèse et phosphore, et peut combattre la fatigue.

Cette poudre miraculeuse fonctionne directement sur votre **système endocrinien** et aide à équilibrer les hormones dans votre corps. Elle peut le stimuler afin de produire ses propres hormones et rétablir l'équilibre compte tenu du rôle de pivot de la régulation hormonale pour le fonctionnement du corps. La poudre de Maca est également bénéfique pour atténuer les symptômes du [syndrome prémenstruel "SPM"](#) du au fait qu'elle fournit au corps les nutriments nécessaires en vue de produire des hormones naturelles.

Elle constitue une excellente source d'alcaloïdes spécifiques et de nombreuses vitamines et minéraux. En outre, elle possède des propriétés adaptogènes qui produisent une réponse adaptative au stress, en fortifiant ainsi le corps et améliorant l'endurance.

Cette poudre augmente la libido aussi bien chez les hommes que les femmes. [Selon maintes études](#), la poudre de Maca peut ainsi booster considérablement votre libido naturellement.

**Si vous souhaitez acheter la Maca, veillez à vérifier l'origine de production!**

Sources et références: [naturalcuresandhomeremedies /livingtraditionally](http://naturalcuresandhomeremedies/livingtraditionally)