

Eurycoma longifolia

Eurycoma longifolia: a princípio, parece um nome exótico de alguma substância, doença ou planta que pode trazer algum benefício ou grande mal para a saúde. Acertaram aqueles que pensaram no bem.

Também conhecida como Pasak Bumi, Tongkat Ali ou ginseng Malásia, esta é uma pequena árvore ou arbusto que contém folhas em suas pontas de galhos. Ela é encontrada nas selvas em toda a Indonésia, Malásia e sudeste da Ásia e pode crescer até 12 metros de altura.

Tradicionalmente, a Eurycoma longifolia é valorizada por suas propriedades afrodisíacas e tratamento de diversas doenças que vão desde cortes e feridas, infecção da pele, febre, malária, pressão arterial alta, efeitos anticancerígenos, melhora do desempenho esportivo, perda de peso e aumento de energia e resistência.

Outro estudo de pesquisadores malaios mostrou que a Eurycoma longifolia pode evitar a perda de cálcio ósseo em ratos orchidectomised (modelo animal de osteoporose), o que pode ser explicado como efeitos de aumento de testosterona. Desta forma, também lhe confere propriedades de cicatrização de fraturas ósseas.

Já ao ser ingerido por homens adultos saudáveis (idade média 25 anos), percebeu-se que seu extrato é capaz de aumentar os ganhos de massa muscular e força, enquanto acelera a perda de gordura em exercícios saudáveis e, portanto, pode ser considerado um auxílio ergogênico natural para atletas e dietética igualmente.

Por fim, Tongkat Ali também é usado para febre, úlceras, hipertensão arterial, tuberculose, tosse, diarreia, dor de cabeça e sífilis.

Este extrato é considerado benéfico para aqueles que sofrem de disfunção erétil, ou seja, a incapacidade do homem de alcançar ou manter a ereção. É amplamente utilizado na Malásia e outros países da Ásia para este problema. Homens malaios afirmam que o chá feito a partir desta planta melhora suas habilidades sexuais e virilidade. É por isso que tem sido apelidado como o viagra da Ásia.

Vários estudos têm mostrado efeitos androgênicos semelhantes ou de reforço de testosterona de Eurycoma longifolia. Estes eram evidentes em estudos com animais, onde aumentou a atividade sexual, do músculo elevador do ânus, o início do desempenho sexual e da espermatogênese, ou seja, do processo de produção de espermatozoides. Outro tratamento muito eficiente e poderoso dessa erva é na cura de ejaculação precoce. Ainda mais, as pesquisas apontam seus efeitos positivos sobre a contagem de espermatozoides crescentes de homens com problemas de infertilidade.

Assim, este afrodisíaco tem o grande poder de aumentar o nível de testosterona para encorajar a atividade sexual, ao melhorar drasticamente a excitação sexual e aumentar

a virilidade do homem. A China tem utilizado a raiz da árvore durante séculos para aumentar o desejo sexual e como uma planta de energia em geral.

É bem conhecido que os níveis de testosterona diminuem com a idade. A capacidade de executar tanto athleticamente e sexualmente é diminuída por causa disso.

A raiz e a casca de *Eurycoma longifolia* contêm diversos produtos químicos que têm efeitos diferentes no corpo. Alguns dos produtos químicos parecem afetar a forma como o corpo produz o hormônio testosterona.

Quando os homens acima de 51 anos usam *Eurycoma longifolia*, eles voltam para trás os seus relógios biológicos. Isto ocorre pois a planta contém dimutase, uma enzima antioxidante que está presente na erva que combate os danos dos radicais livres no corpo. Os compostos Glycopeptide na erva também podem aumentar a testosterona livre e reduzir os níveis de SHBG no corpo, que se reflete inclusive em melhor capacidade de ereção.