

SEXUALIDAD / TENDENCIAS

El sexo malo engorda

El Ciudadano · 30 de julio de 2015



lengua sexy

lengua sexy



Una investigación de la Universidad de Texas que extrajo 237 motivaciones para tener sexo vio que “quemar calorías” está por delante del deseo de tener hijos. Pero el sexo tiene una doble cara si lo relacionamos con la silueta. Por un lado, haces ejercicio, aunque sea poco. El manual del escritor Richard Smith Guía para perder

peso con el sexo dice que la excitación que suscita quitarle la ropa a la pareja con sensualidad permite quemar entre 120 y 180 calorías. El orgasmo, 160 calorías. Poco más de lo que se pierde subiendo una escalera. Y ahí va la otra cara: si el encuentro sexual no es satisfactorio, el riesgo de ganar kilos es mayor, debido a que crea ansiedad y ganas compulsivas de comer.

Vía: <http://www.who.es>

Fuente: El Ciudadano