

TENDENCIAS

¿Duermes con o sin calcetines? Descubre lo que esto dice de ti

El Ciudadano · 31 de octubre de 2015



Algunos dicen que el mundo se divide en dos clases de personas: las que duermen con calcetines y las que duermen descalzas. Para el primer grupo es imposible conciliar el sueño si sus pies están descubiertos, sienten frío, algo les hace falta y deben saltar a media noche para abrir la cómoda de los calcetines y cubrirse. Para el segundo grupo es

insoponable tener los calcetines puestas una vez que están bajo sus frazadas, sienten exceso de calor, incomodidad y poca libertad.

Podrías pensar que se trata de un simple hábito adquirido, pero este hábito habla más de ti de lo que puedes imaginarte. Genial.guru te dice qué revela sobre ti la necesidad de ponerte o quitarte los calcetines cuando te vas a la cama.

Amantes de los calcetines nocturnos



Si duermes con calcetines seguramente se debe a que eres muy sensible al frío. Si es así, esto puede estar relacionado con diferentes causas, como el grosor de la piel y el ritmo metabólico del cuerpo. En algunas personas la circulación de la sangre es más rápida o los ciclos naturales del cuerpo se llevan a cabo a un ritmo más acelerado y esto las hace emitir calor constantemente. Pero otras personas sencillamente tienen la piel más fina o una circulación lenta y debido a esto pueden ser más sensibles al frío en el ambiente.

Aunque ser sensible al frío es una condición asociada a tus características físicas y biológicas, también es una sensación relacionada con tu percepción del espacio y la temperatura. Así, dos personas con características físicas muy similares perciben el clima de formas muy diferentes. Según esto, es posible que nuestro cerebro emita constantemente la señal de “sentir frío” como un mecanismo para buscar contacto y contención a través del calor.

Las personas que sienten la necesidad de dormir con calcetines (y en general de dormir abrigados) usualmente buscan ser protegidos. Si eres uno de ellos, lo más probable es que adores los lugares acogedores y busques establecer relaciones profundas y muy íntimas con otras personas. No te incomoda ceder algo de tu espacio personal a los otros y el contacto físico como los mimos, las caricias y los abrazos te hacen feliz.

Amantes de los pies frescos en la noche



Si en cambio, no toleras la idea de dormir con calcetines, y sólo pensar en tu pies cubiertos dentro de la cama te genera algo de incomodidad, es probable que se deba en parte a que conservas por naturaleza una alta temperatura corporal. Esto puede deberse a que tienes un metabolismo más acelerado que otras personas, al grosor de tu piel o a que la sangre corre con fuerza y velocidad por tus venas.

Tienes una predisposición biológica a conservar y generar calor y por eso te sobran los calcetines bajo las cobijas. Además de sentirte en libertad y a gusto en el contacto con las

sábanas, dejas respirar los poros de tu piel, distensionas los músculos de tus pies y no hay ninguna prenda que oprima tus tobillos o piernas dificultando la circulación de la sangre. Sin embargo, no todo es físico. Ser menos sensible al frío también está relacionado con la forma en que te relacionas con tu entorno y percibes los estímulos externos. Seguramente eres del tipo de personas más independientes. Valoras enormemente tu espacio personal y entras en contacto con los demás sólo cuando estás dispuesto a interactuar. En una relación tenderás a asumir el rol protector, eres franco y en ocasiones retador; esa es una de las maneras en que expresas tu cariño a los demás, aunque no siempre lo entiendan. A pesar de que parezca contradictorio por tus actitudes de persona demasiado independiente, sabes muy bien cuidar de los demás.

No importa si amas la sensación de tener los pies calientes dentro de tus calcetines o si disfrutas de la libertad de estar descalzo en la cama, lo que importa es que tengas felices sueños!

Vía: <http://difundir.org>

Fuente: [El Ciudadano](#)