

¿Es perjudicial para el cuerpo el exceso de sexo?

El Ciudadano · 9 de mayo de 2017



Exceso de sexo, ¿malo o bueno?

Lo cierto es que el sexo tiene más beneficios que problemas, pero también pueden surgir, como todo, si se hace en exceso. **Ciertas posturas sexuales pueden llegar incluso a hacer esguinces o lesiones en músculos o huesos.** Por

eso, es conveniente estar en buena forma física para realizar determinadas posturas. O incluso hacer una fase previa de calentamiento sexual antes de probar cosas nuevas que puedan hacernos daño físico.

 Exceso de sexo



Exceso de sexo, lo que parece que todos quieren.

Realmente los principales males físicos que puedes sufrir son los mismos que haciendo ejercicio: tirones, calambres, hernias... Por otro lado, el sexo en exceso también puede dañar tu cuerpo de otras formas. A las mujeres, **mucha actividad sexual puede provocarles irritación en la vagina**, y con ello tener otro tipo de problemas como infecciones. Además, una vez surja la irritación se debe dejar de tener sexo porque solo irá a peor. Este tipo de irritación en la vagina también puede surgir **por la falta de lubricación, por lo que siempre hay que intentar que la mujer esté muy lubricada** antes de introducir el pene, o utilizar geles y lubricantes.

Por otro lado, en los hombres se ha descubierto que el cáncer de próstata está relacionado con la vida sexual de los pacientes que lo sufren. **El 59% aseguró que había mantenido relaciones sexuales o se masturbaba al menos 20 veces al mes desde los 20 años hasta después de los 30.**

 Exceso de sexo



Los hombres también pueden sentir dolor en los genitales si han expulsado demasiado semen seguido durante mucho tiempo. **Incluso puede aumentar el dolor si se llega a expulsar líquido prostático** por falta de espermatozoides en el semen. Obviamente, estos casos son muy extraños, ya que normalmente no tenemos tiempo para practicar tanto sexo, aunque a algunos les encantaría.

Vía: [Buhomag](#)

Fuente: [El Ciudadano](#)