

TENDENCIAS

¿Cuántas calorías se queman practicando sexo?

El Ciudadano · 3 de septiembre de 2017

Tomaron como referencia un coito de 25 minutos de duración.





Un estudio realizado por la Universidad de Montréal, en Canadá, reveló que, como muchos aseguraban, **se queman calorías al mantener relaciones sexuales, sin embargo éstas no son tantas** comparadas a las que se pierden haciendo ejercicio normal.

La investigación señala que las calorías consumidas no son las mismas por sexos, por lo tanto no se puede determinar con exactitud la cifra por género, según explica *20Minutos*.

Los expertos de la universidad canadiense **tomaron como referencia un coito de unos 25 minutos de duración**, con prolegómenos incluidos. Así, de media un **hombre quema unas 101 calorías practicando sexo mientras que una mujer quema alrededor de 69 calorías.**

La diferencia entre las calorías quemadas por hombres y mujeres radica en que «los hombres pesan más y por ello, su gasto de energía será mayor», según indica **Antony Karelis**, uno de los autores del estudio,

De esta forma, comparado con una actividad física habitual, 30 minutos de carrera ligera equivalen a 213 calorías quemadas en el caso de las mujeres y 276 calorías

en el caso de los hombres.

¿Qué opinas de las cifras?

Con información de **20Minutos**.

Fuente: [El Ciudadano](#)