

Una investigación del Departamento de la Tercera Edad del Hospital Royal de Edimburgo, Escocia, constató que las personas que tienen más orgasmos, 4 o más por semana, parecen más jóvenes. De acuerdo con David Weeks, autor del estudio, la apariencia es determinada por las actividades físicas que retardan el envejecimiento. Una vida sexual activa y vigorosa es el segundo factor de influencia. Pero no solo eso. Diversos estudios científicos ya comprobaron otras ventajas de tener orgasmos con frecuencia:

1. Disminuye el estrés

La hormona liberada cuando se tiene un orgasmo, la oxitocina, hace a las personas sentirse más alegres y estimula la autoestima y la confianza. Estudios como el publicado por la Biblioteca Nacional de Medicina de Estados Unidos comprueban que la oxitocina, también conocida como la «hormona del amor», puede aliviar calambres, dolores de cabeza y del cuerpo en general.

2. Te hace vivir más

Las tasas de mortalidad y los orgasmos también están directamente relacionados de acuerdo con otro estudio publicado en la revista científica British Medical Journal. Según el texto, quienes tienen 2 o más orgasmos por semana llegan a vivir cerca de 8 años más. Esto sucede porque los orgasmos mejoran la salud del corazón y el desarrollo del cerebro, además del sistema inmunológico.

3. Combate el insomnio

La somnolencia después del sexo es normal, tanto en hombres como en mujeres. Pero cuanto más frecuentes son los orgasmos más el cerebro tiende a liberar sustancias como la oxitocina y la vasopresina, que estimulan la producción de melatonina. Esta hormona está ligada directamente con la regulación del sueño, como reporta el sitio Live Science.

4. Control urinario

Los músculos que se contraen durante un orgasmo son los que soportan los órganos pélvicos, como la vagina, la uretra, el intestino delgado y la vejiga. Así como sucede con los otros músculos del cuerpo, ejercitarlos también tiene beneficios para el cuerpo, por ejemplo un mejor control de la vejiga, como afirma el sexólogo Ian Kerner en su libro «She comes first».

5. Mantiene sano el cerebro

Este órgano se alimenta con el oxígeno que se genera durante la relación sexual.

El orgasmo puede hacerte hasta 7 años más joven - Diario Oaxaca

Escrito por Redacción

Martes, 07 de Agosto de 2018 12:52

Fuente: derf