

Les bienfaits du sexe sur notre corps... - 1/2

Vous allez découvrir ici, pourquoi les rapports sexuels sont bons pour la santé... Quels sont les bienfaits du sexe sur notre vie quotidienne, sur notre état, sur nous quoi...

Pourquoi le sexe est bon pour la santé...

Eh oui, de nombreuses études ont montré pourquoi et comment avoir des rapports réguliers joue largement sur notre santé et notre organisme...

En voici quelques exemples, à vous de juger !

Il augmente l'espérance de vie

En effet, avoir trois rapports par semaine pourrait, d'après des études suédoises et américaines augmenter l'espérance de vie de... 10ans ! Les rapports font travailler le coeur, ses battements passent de 75 pulsions par minutes à des fois plus de 180... Les toxines et les graisses sont ainsi éliminées !

Il protège contre certains cancers

Avoir un orgasme (homme) pourrait prévenir le risque de cancer de la prostate, très fréquent chez l'homme... à raison de cinq éjaculations par semaine... Pour les femmes, le cancer du sein est très réduit par l'orgasme mais aussi par les caresses sur les seins... Hommes, Femmes à vous de jouer ;-))

Il nous rends plus intelligent

Les rapports produisent des substances stimulantes pour la matière grise à raison de rapports réguliers... Un bon Argument !

Il calme la douleur

Plus d'excuse pour ne pas avoir de rapport un soir... Et oui, le sexe diminue la douleur ! Un orgasme serait comparable à la prise de deux aspirines !

Il lutte contre l'insomnie

Rien de tel qu'un gros calin sous la couette pour tomber dans les bras de Morphée. Le plaisir libère dans le cerveau des substances appelées endorphines qui provoquent un effet de relâchement dans le corps et l'esprit... Bonne nuit !

Il sculpte notre corps

L'amour avec un grand A est un sport au même titre que les autres... Celui-ci sollicite les abdominaux, les muscles des fesses et ceux des cuisses ! Des rapports réguliers peuvent former une belle silhouette !

Les bienfaits du sexe sur notre corps... - 2/2

Il embellit les femmes

L'amour donne bonne mine... Aux femmes. Il favorise la création d'hormones qui facilitent l'irrigation de la peau et la production du collagène naturel !

Il nous fait maigrir

Consommée intensément, la bagatelle brûle autant de calories (300) qu'un sport d'endurance ! Mais ne bâclez pas votre rapport... Baclé, vous ne brûlerez plus que 50 calories.