

Lunes, 8 de noviembre de 2004

[Webmail](#) [Alertas](#) [Envío de titulares](#) [Pá](#)
[PORTADA](#) | [ÚLTIMA HORA](#) | [ECONOMÍA](#) | [DEPORTES](#) | [OCIO](#) | [CLASIFICADOS](#) | [SERVICIOS](#) | [CENTRO COMI](#)
[EDICIÓN IMPRESA][Portada](#)[Ciudadanos](#)[Política](#)[Opinión](#)[Mundo](#)[Economía](#)[Deportes](#)[Sociedad](#)[Cultura](#)[Televisión](#)[Gente](#)**[MULTIMEDIA]**[Fotos del día](#)[Especiales](#)[Gráficos](#)[Documentos](#)**[PARTICIPA]**[Foros](#)[Chat](#)[Videochats](#)**[CANALES]**[Amistad](#)[Aula de cultura](#)[Bodas](#)[Bolsa directa](#)[Canal Meteo](#)[Cibernauta](#)[Ciclismo](#)[Cine](#)[Deporte base](#)[Ekoplaneta](#)[Empleo](#)[Evasión](#)[Formación](#)[Fútbol](#)[Gastronomía](#)[Guggenheim](#)[Hator \(Nuevo\)](#)[Infantil](#)[Juegos](#)[Libros](#)**SOCIEDAD**

SOCIEDAD

Una sexualidad placentera combate el envejecimiento, aseguran los expertos

Mejora el sistema inmunológico, previene dolencias y tiene un efecto analgésico Los parches de testosterona se muestran eficaces contra la inapetencia sexual

M. L./COLPISA. MADRID

Sexo es vida. Esta suerte de lema publicitario es una verdad científica, según se ha puesto de manifiesto en el III Congreso de la Sociedad Española de Medicina Antienvjecimiento y Longevidad (SEMAL), celebrado este fin de semana en Valencia. Una de sus conclusiones ha sido que «la actividad sexual placentera es uno de los tratamientos antienvjecimiento más eficaces». En la misma reunión se ha demostrado la eficacia de los parches de testosterona para combatir la inapetencia sexual.

«La práctica del sexo alarga la vida», confirman especialistas como el profesor Manuel del Castillo, de la Universidad de Granada, para quien es posible sostener esta afirmación «sobre la base de datos científicos de distintos estudios realizados con una amplia muestra poblacional».

«La práctica sexual es el tipo de actividad fisiológica que más influye en el ánimo y en el bienestar de la persona», recuerda el profesor del Castillo, tras indicar que las personas que tienen una actividad sexual satisfactoria «cuentan con una mayor esperanza de vida». Un hecho que responde a una base fisiológica y que se debe en parte a los cambios hormonales que produce el bienestar generado por el sexo saludable.

Según los estudios manejados en este congreso, «la práctica del sexo mejora el sistema inmunológico, previene el desarrollo de enfermedades y tiene un efecto analgésico que ayuda al individuo a resistir mejor el dolor». Unos beneficios que tienen su origen en las endorfinas que genera la actividad sexual y que se convierte «en un importante refuerzo del organismo».

El ejercicio físico sigue siendo uno de los mejores aliados para quienes persiguen una vida sana y larga. Su práctica resulta crucial para retrasar el envejecimiento, pero según los expertos «también para mejorar la actividad sexual y sus resultados». La práctica regular de gimnasia o de algún deporte, se apunta desde la SEMAL, «beneficia la práctica sexual y consigue que sea más satisfactoria».

Media hora de ejercicio aeróbico diario o en días alternos o ejercicios de fuerza que incrementan la testosterona y la hormona del crecimiento «bastarían para cubrir las necesidades de actividad del organismo», dicen.

Una vida más plena

Los cambios fisiológicos que provoca la actividad sexual han llevado al profesor Manuel Castillo a iniciar una línea de investigación con parches de testosterona en pacientes que han visto mermado su deseo sexual.

«Una investigación con deportistas nos demostró que las personas a quienes aplicamos los parches de testosterona incrementaron la frecuencia de sus contactos sexuales, aseguró.

Presidía este congreso de la SEMAL el doctor José Márquez Serres, quien incidió también en los beneficios de la sexualidad para combatir el envejecimiento. «Una

BUSC**EL C**[Hoy](#)[Hem](#)**INTI**[Apar](#)[Cate](#)

Mh Mujer

Moda

Motor

Seguros

TV Inteligente

Viajes

EDICIÓN IMPRESA

Suscríbete a
Diario El Correo.
**¡Consigue grandes
ventajas!**

sexualidad satisfactoria y las investigaciones para procurarla serán siempre muy positivas para los pacientes a los que ayude a vivir una vida más plena y a cumplir la primera premisa de la medicina antienvjecimiento: disfrutar de una mayor plenitud».

Enlaces Patrocinados

[Compre levitra en Español](#)

Sexual: Levitra es más eficaz Envíos a todo el mundo .
www.121doc.com.es/propecia.h

[Doctoractive](#)

Entre oftalmólogos Portal exclusivo para especialistas .
www.doctoractive.com

[Secretos del Sexo](#)

Los mas asombrosos y jamás revelados secretos del sexo! .
www.secretosdelsexo.com

[See Jennifer Lopez photos](#)

Plus Salma, Cameron, Shakira, Christina, Thalia, Paulina, Daisy .
www.latina.com

Subir



© Copyright EL CORREO DIGITAL, S.L., Sociedad Unipersonal
Domicilio c/ Pintor Losada, 7 (48004) Bilbao
Inscrita en el RM de Vizcaya: Diario 229, Asiento 159,
Tomo 3823, Libro 0, Folio 200, Sección 8, Hoja BI-26064
C.I.F.: B-95050357

Power

Contactar / Mapa web / Aviso legal / Política de privacidad / Publicidad / Master El Correo