Espacios de Innovación
VALENCIA
GALICIA

Destacados

Telefónica
Sociedad de la información

endesa
Te Ofrece Canal Energía

Viajes El Corte Inglés
Te Ofrece Canal Turismo

CEPSA
Te ofrece Canal Deportes

Caja Madrid
Te ofrece La Cultura

USP Hospitales Te Ofrece Canal Salud

Un experto sostiene que una actividad sexual "satisfactoria" retrasa el proceso de envejecimiento y reduce la morbilidad

SEVILLA, 27 (EUROPA PRESS) El catedrático de Fisiología de la Universidad de Granada, Manuel Castillo Garzón, aseguró hoy que, si bien el proceso de envejecimiento es "inevitable", éste puede ser "influenciable" y retardarse "reduciendo el estrés, aumentando la práctica del ejercicio físico, fomentando unos correctos hábitos nutricionales y llevando a cabo una actividad sexual satisfactoria, segura y saludable". En declaraciones a Europa Press, dicho experto explicó que una actividad sexual placentera y satisfactoria, "englobando en esta consideración no sólo el acto sexual en sí, sino también el pasear cogido de la mano de tu pareja o una simple muestra de cariño, esto es, el fenómeno que conocemos como enamoramiento", libera potentes neurotransmisores como la dopamina o la noradrenalina, "que permiten al individuo tener una mayor capacidad de resistencia y vivir feliz durante más tiempo", unos aspectos "que retrasan el envejecimiento". Frente a estos estados, Castillo Garzón, quien hoy disertó en Sevilla acerca de los últimos avances en antienvejecimiento en un curso monográfico organizado por la Clínica Serres, señaló que "el estrés o los malos ratos aceleran el envejecimiento". Por ello, dicho experto abogó por el fomento de la actividades fisiológicas, "siempre desde la óptica de lo saludable y satisfactorio", ya que, según dijo, "uno de los principales axiomas fisiológicos es que todo sistema que no se usa se atrofia". De igual forma, este catedrático de Fisiología recordó que en un reciente estudio elaborado en Inglaterra y publicado por la British Medical Journal "las personas que tenían unos tres orgasmos semanales, frente a los que tenían menos de tres orgasmos al mes tenían una tasa de morbimortalidad inferior, esto es, un riesgo relativo de mortalidad inferior, fuese la causa de la muerte por cáncer, infarto o suicido", entre otras. Por su parte, el director de la Clínica Serres y presidente de la Sociedad Española de Medicina Antienvejecimiento y Longevidad, José Márquez-Serres, se refirió igualmente, en declaraciones a Europa Press, a los nuevos tratamientos de reposición hormonal para ralentizar el envejecimiento "a base de sustancias denominadas secretagogos y que están compuestas básicamente por aminoácidos y minerales". De igual modo, apuntó que las dietas nutricionales de restricción calórica "inducen a que vivamos más". Así, indicó que "de todos es ya sabido que la obesidad es una causa de defunción muy frecuente en los países desarrollados". A este curso monográfico asistieron también el profesor Francisco Nogueras, del Departamento de Ciencias Morfofuncionales del Deporte de la Universidad de Córdoba y el catedrático de Psicología de la Universidad de Ultra, Benno Bekr.

Espacio USP Hospitales

Red de Centros USP
Noticias de USP Hospitales
www.usphospitales.com

© 2005 Europa Press. Está expresamente prohibida la redistribución y la redifusión de todo o parte de los servicios de Europa Press sin su previo y exp