



En asuntos de sexo, la filosofía debería ser esta: una vez al año, sí hace año, pero una vez (o más) al día... puede salvarte la vida.

... tener relaciones sexuales solo una vez en un año cuando lo pone en riesgo de sufrir un **relojazo**. Los investigadores estadounidenses

seguran que dejar la actividad física – como el sexo por ejemplo – puede tener un efecto negativo en la salud.

Los científicos, todos de la universidad de Tufts y de Harvard, dicen que no hacer el amor puede llevar a una **muerte súbita**.

El ejercicio regular, incluido el sexo, disminuye el riesgo a casi la mitad. “La actividad física regular se asocia con un menor riesgo de enfermedades cardiovasculares y la mortalidad relacionada con estas afecciones”, explicaron los investigadores.

Los investigadores, no obstante, advierten que, como en todo, debe existir moderación pues analizaron más de 14 estudios en los que encontraron que un número pequeño de ataques al corazón se dieron durante la **actividad física** y sexual.