

!!! HACER EL AMOR ES SANÍSIMO !!!



El **sexo** es **divertido**, **excitante** y una de las pocas cosas en la vida que es **gratis**.

La **celulitis**, **manchas**, **depresión**, **estrés**, **ataques al corazón** y **dolores de cabeza**, entre otras cosas, pueden mejorarse con un poco de amor.

Se ha descubierto científicamente que, cuando la mujer hace el amor, produce doble cantidad de **estrógeno**,

la hormona que mantiene la piel suave y le da brillo al cabello.



**Hacer el amor de un modo suave y relajado
elimina las probabilidades de sufrir dermatitis,
erupciones y manchas cutáneas.**



El transpirar limpia los poros y es saludable para la piel.

Es uno de los ejercicios más completos que existen.
Tonifica todos los músculos del cuerpo.



Es una cura instantánea para la depresión leve.



Hace circular la endorfina por el sistema sanguíneo,
produciendo una agradable sensación de euforia y bienestar.

El estrógeno es una hormona que retarda el proceso de la osteoporosis y puede proteger contra la hipertensión.

Cuantas más relaciones sexuales se tengan, más se ofrecerán. El cuerpo sexualmente activo segrega más cantidad de sustancias llamadas feromonas que vuelven loco al sexo opuesto. El sexo te hace mejor deportista. Esa noche podrás **dormir mejor.**



Un abrazo amoroso te ayuda a tener más confianza en ti mismo. Saber que alguien te desea es suficiente para que tú mismo te quieras más.

Es el mejor tranquilizante del mundo

. «Diez veces más efectivo que el valium».



Besar a diario aleja del dentista.



Besar estimula la saliva, que elimina partículas de comida de los dientes, también hace disminuir el nivel ácido que causa las caries y la placa dental.

Alivia los dolores de cabeza.



Un encuentro amoroso relaja la tensión, que constriñe los vasos sanguíneos cerebrales.

Mucho amor puede destapar una nariz bloqueada. El sexo es un antihistamínico natural.



Practicado con toda regularidad, el sexo mejora notablemente la salud mental. Saca a relucir las emociones, incluso la risa.



Se ha comprobado que la risa alivia el estrés, eliminando el exceso de hormonas como la adrenalina, haciéndole sentir eufórico, pero calmado.



**El frecuente contacto sexual hace los labios más besables.
Les da color, mejor forma y apariencia.**

Si padeces de insomnio, no tomes píldoras.



Los cambios bioquímicos que ocurren durante el acto sexual provocan lasitud y sueño enseguida.



Uno de los mejores antídotos para la tensión nerviosa es hacer el amor,
se le quitará el pánico y la ansiedad.

Si hace el amor al menos una vez a la semana,



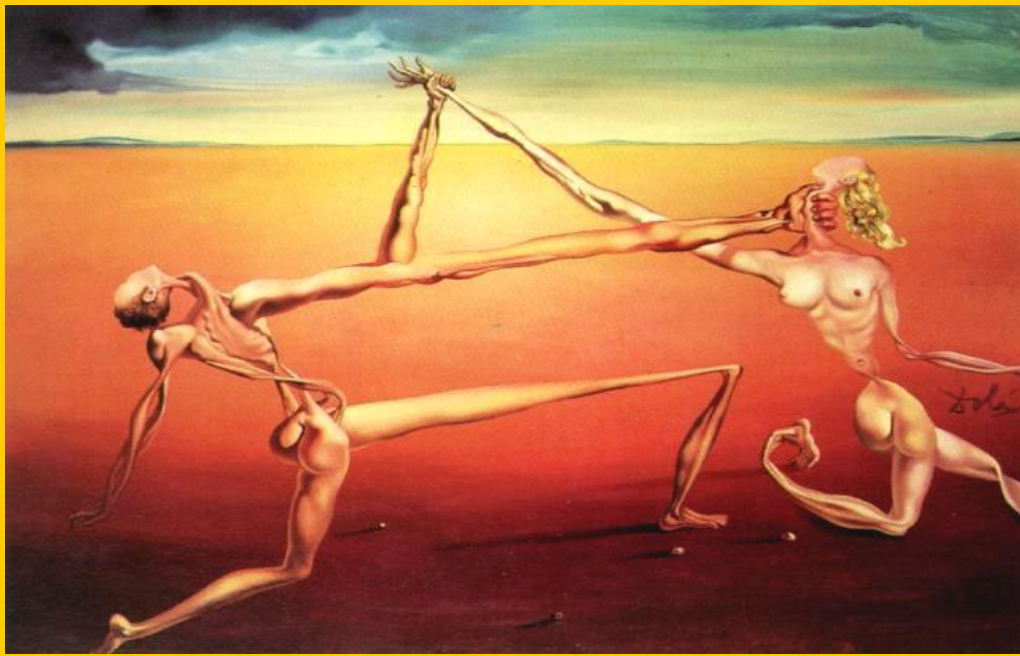
estará menos irritable y le afectará menos la tensión diaria.

Las noches de pasión mitigan la amenaza de problemas cardíacos



(siempre y cuando no sean después de una opípara cena).

Hacer el amor puede aliviar la artritis.



mejora la circulación
y aumenta los glóbulos rojos.

Hacer el amor ayuda a prevenir la celulitis.



**Mejora la circulación de fluido linfático en el cuerpo.
El sistema linfático se encarga de eliminar bacterias, toxinas y otras sustancias que se acumulan en el organismo, especialmente en los muslos.**



!!! ASÍ QUE YA SABEIS !!!

haced el amor y no la guerra

es un consejo de www.cuarentones.org

Nota: No todas las fotos pertenecen a cuarentones – cuarentonas, ja ja ja