

Sexo ajuda a adiar velhice, diz estudo

LONDRES — Uma vida sexual vigorosa ajuda a retardar a velhice, revela um novo estudo. A pesquisa foi conduzida pelo neuropsicólogo David Weeks, do Hospital de Edimburgo, na Escócia. Ele analisou o modo de vida de 3.500 pessoas que chegavam a aparentar até 14 anos abaixo de sua verdadeira idade e constatou que fazer sexo pelo menos duas vezes por semana, assim como a prática regular de outros exercícios físicos, faz com que homens e mulheres se conservem mais jovens. "Exercício é muito importante e deve ser iniciado na adolescência", disse Weeks. Segundo o especialista, a maioria dos participantes do estudo disse ter uma vida sexual plenamente satisfatória.