



Aquestes són les postures sexuals preferides a Espanya

[inicentrareport] Segurament has escoltat alguna vegada que **fer exercici físic millora les teves relacions sexuals**, ja que et fa **segregar endorfines** i augmenta la **producció de testosterona**, la qual cosa augmenta la teva libido.

El millor d'això és que no cal que et tanquis a un gimnàs per aconseguir aquests resultats, sinó que el mateix sexe és una manera de fer exercici. Segons investigacions recents, **una sessió de sexe equival a un exercici lleuger o moderat**.

És cert que no totes les postures et permeten **cremar les mateixes calories**, però segons un estudi de la universitat de Mont-real pots arribar a cremar-ne unes 106.

Quines postures són les millors? Doncs les que a tu t'agradin més! **Aquestes són algunes de les postures preferides dels espanyols:**

```
[playbuzz](function(d,s,id){var js,fjs=d.getElementsByTagName(s)[0];if(d.getElementById(id))return;js=d.createElement(s);js.id=id;d.js.src='https://experience.ex.co/sdk.js';fjs.parentNode.insertBefore(js,fjs);}(document,'script','exc o-sdk'));
```

[/playbuzz]

[ficentrareport]