



Et sona la panxa quan tens gana? Té una explicació!

[inicentrareport] Segur que alguna vegada t'has preguntat per què **et fa soroll la panxa quan tens gana**. La resposta està en el peristaltisme, les contraccions musculars en forma d'onades que tenen lloc al sistema digestiu i que tenen la finalitat d'**empènyer el menjar i els residus d'un extrem a l'altre del tub digestiu**.

Així doncs, com expliquen des de *El Confidencial*, "**quan l'estómac i l'intestí prim estan buits durant moltes hores, i especialment a partir de dues, els músculs que el conformen i protegeixen comencen la seva feina perquè ja han esperat molt**". I, si la panxa està buida, aquest mecanisme que hauria de ser silenciós, deixa de ser-ho.

En realitat, **el teu cervell fa estona que t'està avisant que hauries de menjar alguna cosa, però el teu sistema digestiu t'avisava cridant**. Aquests sorolls comencen a l'antre de l'estómac i es van estenent per l'intestí de manera progressiva, és per això que a vegades duren tanta estona.

Segons indiquen alguns experts, **els sorolls poden durar fins a 20 minuts** i, si no alimentes el teu cos, **tornaran a aparèixer passats una o dues hores**. Així que ja saps, millor que mengis si no vols anar fent sorolls!

[ficentrareport]