ACTUALITAT | Redacció | Actualitzat el 11/02/2020 a les 11:11

Segons un estudi, aquesta és la quantitat de sexe que ens fa feliços



Segons un estudi publicat el 2019, **la mitjana d'una relació sexual satisfactòria, sense comptar els preliminars, és de 5 a 13 minuts.**

La investigació, realitzada per la Universitat de Pennsilvània, apuntava que quan les relacions íntimes s'allarguen menys de 5 minuts normalment un dels dos membres de la parella no aconsegueix arribar a l'orgasme. **Així mateix quan superen els 13 minuts, la falta de lubricació pot provocar molèsties.**

Doncs bé, ara un nou estudi que **ha compartit USA Today no només confirma aquestes dades, sinó que les amplia. En concret, l'informe se centra en la freqüència de les relacions sexuals. O més ben dit, en quina quantitat de sexe ens fa "feliços".**

Conclusió? Les dades varien en funció de l'edat, però en general, la majoria de les persones se sent satisfeta tenint sexe entre un i dos cops a la setmana. En aquest sentit, l'estudi també assenyala que una major freqüència de relacions sexuals no és sinònim de més felicitat. Segons els experts, l'important per incrementat el nostre benestar, és mantenir la connexió amb la nostra parella i centrar-nos amb la qualitat del sexe i no amb la quantitat.