



La fruta que te ayudaría a sentir mayor satisfacción sexual

## Descripción

Una investigación realizada por personal del hospital regional de Trento en Italia reveló que las manzanas, al contener un compuesto similar a la hormona sexual femenina estradiol, tienen una importante función en la vida sexual y reproductiva. Es más, los investigadores creen que mientras más manzanas se consuma será mejor la capacidad de lubricar y por lo tanto la satisfacción durante la intimidad.

Claudia Kompatzki

[ckompatzki@todomujeres.cl](mailto:ckompatzki@todomujeres.cl)

[Follow @clau\\_kom](#)



Por algo era el fruto prohibido...

El estudio indica que es altamente recomendable comer al menos una o dos manzanas al día para

quienes deseen mejorar su vida sexual ya que las mujeres que sí lo hacen gozan de mayor calidad sexual que aquellas que no la consumen regularmente.

Lo ideal es comerla con la cáscara ya que muchas de sus propiedades se encuentran ahí. Es una fruta que tiene antioxidantes que estimulan el flujo sanguíneo, indispensable para el agrandamiento del clítoris durante la excitación sexual.

En este estudio participaron 781 mujeres entre 18 y 43 años de edad las cuales fueron divididas en dos grupos, uno que comía manzanas de regularmente y otro de forma esporádica.

Es probable que las investigaciones respecto a esta fruta y la vida sexual continúen porque no se ha podido encontrar de forma contundente las causas de por qué este alimento ayuda a mejorar este desempeño. Se puede pensar que la fruta simplemente mejora la salud en general y con ello contribuye a las funciones sexuales.

**Fecha de creación**

septiembre 2014