

Старость в радость: чем больше секса, тем лучше память

Марк Аллен, учёный-психолог из австралийского Вуллонгонгского университета, провёл масштабное исследование с целью выяснить, как половая жизнь в пожилом возрасте влияет на память и когнитивные способности мозга.

Для этого он с коллегами проанализировал данные долгосрочного исследования «English Longitudinal Study of Aging». В нём принимали участие 6016 человек, возраст которых был не менее 50 лет.

Чем лучше первый секс,
тем дольше отношения.

Исследование проходило в два этапа. Сначала, в 2012 году, участники прошли анкетирование, в котором отвечали на вопросы о своём здоровье, образе жизни, социально-экономическом статусе и общей удовлетворённости жизнью. Также были вопросы сексуального характера: частота поцелуев, прикосаний и занятий сексом с партнёром.

После этого, в 2014 году, участники прошли то же самое анкетирование и ответили на такие же вопросы. Однако в этот раз к тестированию добавили ещё одно задание. Людям показывали список из 10 существительных, а через некоторое время просили назвать слова из этого списка, которые они запомнили.

При анализе авторы также учитывали физическую активность, качество сна, рацион и вредные привычки подопытных.

В итоге оказалось, что у тех, кто занимался сексом чаще и вообще был в более близких отношениях со своим партнёром, были более высокие результаты.

Учёные сделали вывод, что активная половая жизнь у людей старше 50 лет не помогает улучшить память в долгосрочной перспективе. Однако те, кто чаще занимается сексом и состоит в близких отношениях, в среднем лучше справляются с тестами когнитивных навыков.

Автор: Миша Ковальски
© Babr24.com



Поделиться в соцсетях:

Также читайте эксклюзивную информацию в соцсетях:

- [Телеграм](#)

- [ВКонтакте](#)

Связаться с редакцией Бабра:

newsbabr@gmail.com



Автор текста: **Миша Ковальски**, научный обозреватель.

На сайте опубликовано **1654** текстов этого автора.

НАПИСАТЬ ГЛАВРЕДУ:

Телеграм: [@babr24_link_bot](#)

Эл.почта: newsbabr@gmail.com

ЗАКАЗАТЬ РАССЛЕДОВАНИЕ:

эл.почта: bratska.net.net@gmail.com

КОНТАКТЫ

Бурятия и Монголия: Станислав Цырь

Телеграм: [@bur24_link_bot](#)

эл.почта: bur.babr@gmail.com

Иркутск: Анастасия Суворова

Телеграм: [@irk24_link_bot](#)

эл.почта: irkbabr24@gmail.com

Красноярск: Ирина Манская

Телеграм: [@kras24_link_bot](#)

эл.почта: krasyar.babr@gmail.com

Новосибирск: Алина Обская

Телеграм: [@nsk24_link_bot](#)

эл.почта: nsk.babr@gmail.com

Томск: Николай Ушайкин

Телеграм: [@tomsk24_link_bot](#)

эл.почта: tomsk.babr@gmail.com

[Прислать свою новость](#)

ЗАКАЗАТЬ РАЗМЕЩЕНИЕ:

Рекламная группа "Экватор"
Телеграм: @babrobot_bot
эл.почта: eqquatoria@gmail.com

СТРАТЕГИЧЕСКОЕ СОТРУДНИЧЕСТВО:

эл.почта: babrmarket@gmail.com

[Подробнее о размещении](#)

[Отказ от ответственности](#)

[Правила перепечаток](#)

[Соглашение о франчайзинге](#)

[Что такое Бабр24](#)

[Вакансии](#)

[Статистика сайта](#)

[Архив](#)

[Календарь](#)

[Зеркала сайта](#)