

## 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](mailto: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](mailto:newsbabr@gmail.com)

#### ЗАКАЗАТЬ РАССЛЕДОВАНИЕ:

эл.почта: [bratska.net.net@gmail.com](mailto:bratska.net.net@gmail.com)

#### КОНТАКТЫ

Бурятия и Монголия: Станислав Цырь

Телеграм: [@bur24\\_link\\_bot](#)

эл.почта: [bur.babr@gmail.com](mailto:bur.babr@gmail.com)

Иркутск: Анастасия Суворова

Телеграм: [@irk24\\_link\\_bot](#)

эл.почта: [irkbabr24@gmail.com](mailto:irkbabr24@gmail.com)

Красноярск: Ирина Манская

Телеграм: [@kras24\\_link\\_bot](#)

эл.почта: [krasyar.babr@gmail.com](mailto:krasyar.babr@gmail.com)

Новосибирск: Алина Обская

Телеграм: [@nsk24\\_link\\_bot](#)

эл.почта: [nsk.babr@gmail.com](mailto:nsk.babr@gmail.com)

Томск: Николай Ушайкин

Телеграм: [@tomsk24\\_link\\_bot](#)

эл.почта: [tomsk.babr@gmail.com](mailto: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](#)