

## Секс может заменить диету

Итальянские ученые выяснили насколько можно похудеть, занимаясь сексом. Оказалось, что даже расстегивание лифчика помогает избавиться от лишних калорий.

Как сообщает Анапова, итальянский диетолог Бруно Фаббри в течение нескольких лет оценивал расход калорий при разных сексуальных действиях. Согласно результатам его исследований, сбросить лишний вес можно, просто занимаясь любовью. Обычный половой акт длиной в 26 минут, при условии, что он заканчивается оргазмом, позволяет потерять столько калорий, сколько содержится в половине большой пиццы.

Худеют и при других действиях сексуального характера. Например, 15 минут куннилингуса или фелляции сжигают у каждого из партнеров количество калорий, которое содержится в бокале красного вина. А 53-минутным французским поцелуем можно нейтрализовать гамбургер или пакет картофельных чипсов.

Избавляет от избыточного веса даже раздевание партнера. Однако, энергетическая ценность, например, расстегивания бюстгальтера, зависит от того, как именно это делать. "Конечно, легче всего справиться с застежкой лифчика двумя руками. Но при этом теряется всего 8 калорий - то есть практически ничего. Если бороться с крючками одной рукой, результаты возрастут до 18 калорий. А вот если попытаться расстегнуть бюстгальтер зубами, можно избавиться сразу от 87 калорий", - говорится в отчете.

👍 [Порекомендовать текст](#)

Поделиться в соцсетях:

*Также читайте эксклюзивную информацию в соцсетях:*

- [Телеграм](#)

- [ВКонтакте](#)

*Связаться с редакцией Бабра:*

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

### 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

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: equatoria@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](#)