

¿Por qué las mujeres sienten más frío que los hombres?



¿Has notado que la mayoría de las veces que alguien se queja por frío, se trata de una mujer? Esto no es casualidad, una serie de investigadores descubrieron que la sensibilidad al frío está influenciada por el metabolismo y la masa muscular de las personas.

La temperatura corporal es igual sin importar el sexo

Según Christopher Minson, experto en la regulación de temperatura de la Universidad de Oregon, la temperatura corporal de hombres y mujeres no es diferente, normalmente es de 37°C aproximadamente. Sin embargo, la manera en lo perciben si es distinto.

La masa muscular

Aunque la temperatura corporal sea la misma, el tamaño del cuerpo de las mujeres suele ser más pequeño: cuentan con menos masa muscular, esto provoca que se enfríen con mayor facilidad.

El metabolismo basal

Es la energía que necesita el cuerpo para sobrevivir realizando las funciones básicas, como respirar, filtrar la sangre y bombearla al corazón, entre otras cosas. El metabolismo de cada persona es distinto y depende del sexo, la edad, la altura y el tamaño.

Las mujeres tienen tasas metabólicas más bajas que los hombres, esto significa que generan menos calor. El cuerpo es más propenso a transportar sangre cálida de las extremidades al centro, donde se encuentran los órganos vitales. Es por esto que los pies y las manos son las primeras zonas que se enfrían.

Un estudio demostró que las mujeres suelen tener las manos y los pies alrededor de tres grados menos calientes que los varones.

La siguiente vez que alguien se queje de frío, entenderás a qué se debe y no la verás extrañamente.

Fuente: muyinteresante.