



Специалистами из Университета Вестминстера предложен новый способ похудеть при помощи просмотра фильмов ужасов. При этом, чем больший страх вызывает фильм, тем с большим количеством калорий растает человек.

Десяти участников исследования предложили просмотр классических фильмов ужасов. В ходе эксперимента производились измерения пульса испытуемых, количества воздуха, которое они вдыхали и выдыхали.

Оказалось, что когда участники смотрели страшное кино, они теряли на 30 процентов калорий больше, чем при показе пустого экрана. Девяносто минут фильма обеспечивало сжигание в среднем ста тринадцати калорий у добровольцев.