

Nhắc đến cơ thể đàn ông, chúng ta thường nghĩ về cơ bụng sáu múi, chiều cao vượt trội. Tuy nhiên, trong mắt phái đẹp, họ chú ý điều gì? Hãy cùng ELLE Man tìm hiểu qua bài viết sau.

Với cánh đàn ông, chúng ta thường bị ấn tượng bởi chiều cao khủng, cơ bắp sáu múi cùng một cơ thể lực lưỡng. Tuy nhiên, trong mắt phái đẹp, bộ phận cơ thể nào khiến họ chú ý nhất? Hãy cùng **ELLE Man** tìm hiểu qua bài viết sau.



Sức khỏe

9 cách tập luyện mà bạn có thể thực hiện vào lúc bận rộn

1. Khuôn ngực

Theo một nghiên cứu năm 2017 của nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe trực tuyến Dr Felix, 24% phụ nữ nhận thấy ngực là bộ phận hấp dẫn nhất của đàn ông và 13% chọn vùng bụng, nghĩa là kết hợp lại, thân trên có sức kéo mạnh hơn bất kỳ bộ phận nào khác.

Dẫu ngực có hấp dẫn hay không, thì bạn cũng nên tập luyện vì nó đem lại nhiều lợi ích. Cơ ngực rất quan trọng trong việc tăng sức mạnh và tính thẩm mỹ cho cơ thể của bạn. Đặc biệt hơn, nhóm cơ này còn giúp bạn cải thiện vóc dáng.

2. Đôi mắt đàn ông

Cho dù đó là màu xanh da trời lạnh lùng của David Gandy hay những vòng xoáy sô cô la mơ mộng của Idris Elba, phụ nữ đều là kẻ mê mẩn đôi mắt đẹp. Mặc dù chúng ta khó lòng thay đổi nhiều về kích thước đôi mắt, nhưng một nghiên cứu của Tiến sĩ Kang Lee, nhà tâm lý học tại Đại học Toronto, đã phát hiện ra nam giới có đôi mắt ở vị trí và kích thước “trung bình” được coi là hấp dẫn nhất, nhờ vào bộ não của chúng ta được kết nối để tìm kiếm những đặc điểm ‘trung bình về mặt toán học’, biểu thị một bộ gen đa dạng và sức khỏe sinh sản tốt hơn.

3. Người đàn ông không cười

Một nghiên cứu từ Đại học British Columbia cho thấy phụ nữ ít bị thu hút bởi những anh chàng cười hớn hở so với đàn ông trầm tư. Bạn có thể trở nên hờn dỗi sau khi đọc nó nhưng sự thật là vậy.

Mặc dù nụ cười là điều cần thiết cho các tương tác xã hội, nhưng phụ nữ lại bị thu hút nhiều hơn bởi người đàn ông có vẻ ngoài kiêu hãnh, quyền lực và thoát nhìn hơi ủ rũ. Lúc đầu, hãy tỏ ra bí ẩn và xa cách, và khi bạn đã có được cô ấy, hãy cười toe toét bỏ đi.

4. Khuôn mặt đàn ông

Theo nghiên cứu từ Journal of Personality and Social Psychology, phụ nữ bị thu hút nhất bởi những người đàn ông có khuôn mặt truyền cảm hứng cho họ giao phối với bạn tình. Điều này có nghĩa là họ thích những người đàn ông có đôi mắt to và chiếc mũi từ trung bình đến nhỏ, hoặc quai hàm khỏe và gò má rộng. Ngoài ra, phái đẹp cũng bị ấn tượng bởi người đàn ông có gương mặt toát ra vẻ nhân ái nhưng vẫn tạo cảm giác... khao khát sắc dục.

5. Cánh tay mạnh mẽ

Trong một cuộc khảo sát của HerCampus.com với hơn 100 nữ sinh viên đại học trên khắp nước Mỹ, phần lớn xếp hạng cánh tay là điểm thu hút lớn nhất. Phụ nữ cảm thấy đó là dấu hiệu cho thấy nam giới chăm sóc cơ thể tốt, đồng thời phái đẹp thừa nhận thích nhìn thấy bắp tay của người đàn ông qua áo phông hoặc áo len của anh ta. Bên cạnh đó, cánh tay mạnh mẽ cũng biểu thị khả năng bảo vệ phụ nữ của một người đàn ông—và vô tình, khả năng nâng đỡ cô ấy của anh ta.

Ở thời điểm hiện tại, tập tay không còn là điều quá khó khăn. Có rất nhiều bài tập thú vị mà bạn có thể thực hiện tại nhà hay trong phòng tập.

6. Bờ vai rắn chắc

Một nghiên cứu từ Đại học Albany cho thấy sự thỏa mãn tình dục của phụ nữ có mối liên hệ chặt chẽ với bờ vai rộng của nam giới. Điều này hoàn toàn dễ hiểu khi bộ phận này luôn được coi là dấu hiệu của sức mạnh và sự nam tính.

Ngoài ra, những người đàn ông có tỷ lệ vai rộng cho biết họ có quan hệ tình dục sớm và có nhiều bạn tình hơn, theo cuốn sách “In Your Face: The New Science of Human Attraction” của David Perrett. Bên cạnh đó, việc tập vai cũng khiến bạn cải thiện vóc dáng của mình. Hãy chăm chỉ tập gym ngay từ bây giờ.

7. Cơ bụng

Điều này không quá ngạc nhiên. Một nghiên cứu được thực hiện bởi Đại học Western Illinois cho thấy phụ nữ khá ấn tượng với cơ bụng đẹp. Dẫn chứng trên cũng dễ hiểu khi cơ bụng nằm ở chính giữa thân trên, cũng là phần thu hút ánh mắt người khác đầu tiên.

Công bằng mà nói, cơ bụng cũng liên quan phần nào đó đến sinh học. Theo cuốn sách của Gordon Patzer “Looks: Why They Matter More Than You Ever Imagine”, những người đàn ông nhiều mỡ bụng có lượng testosterone thấp hơn, dẫn đến ham muốn tình dục và khả

năng sinh sản thấp hơn.

8. Bàn tay đàn ông

Trong một cuộc thăm dò của AskMen, phụ nữ cho biết họ yêu bàn tay của người đàn ông vì nó nói lên rất nhiều điều về anh ta như công việc anh ta làm để kiếm sống, cũng như sự tận tâm của chàng trong việc chải chuốt và gìn giữ. Bàn tay to cũng liên quan đến nam tính, và nó tạo nên sự hấp dẫn cho phái đẹp.

Bài: Thùy Dung

Tham khảo: [fashionbeans](#), [muscleandfitness](#)