

br betano com - symphonyinn.com

Autor: symphonyinn.com Palavras-chave: br betano com

História engraçada de um colega de trabalho ouvindo alguém comer bolachas de pretzels no banheiro

Em seu livro "Stoic at Work", 1 Annie Lawson conta a história de um colega dela que ouviu alguém comer bolachas de pretzels enquanto estava sentado no 1 banheiro:

"A pessoa trancada **br betano com** um cubículo de banheiro – um líder sênior – roía-as como um esquilo, dando várias mordidas 1 **br betano com** cada bolacha enquanto fazia suas necessidades. Então seu telefone tocou e ele atendeu. Ele era o multitarefa perfeito. Meu 1 colega estava lavando as mãos quando ouviu um ralo e o líder sênior saiu do cubículo com um pacote de 1 bolachas de pretzels vazio. Ele assentiu, jogou o pacote de bolachas de pretzels no lixo e saiu sem se lavar 1 as mãos."

A história é tão engraçada devido às bolachas de pretzels, à falta de higiene ou porque o homem estava 1 tão sem vergonha de defecar durante as horas de trabalho?

Uma publicação nas redes sociais do Departamento de Saúde de Queensland chamada "É normal defecar no trabalho" se 1 tornou viral esta semana. Ela iniciou uma conversa que as pessoas parecem ter apenas com um pequeno e específico cluster 1 de amigos próximos, geralmente com a compreensão de que a conversa, ao contrário do cheiro saindo do armário trancado, não 1 irá mais longe.

Você defeca no trabalho? E se não, por que?

Falar sobre isso é difícil e o Departamento de Saúde 1 de Queensland foi elogiado amplamente por **br betano com** campanha.

Elas cortaram porque há um desgosto **br betano com** falar sobre defecação. Respeito e entendo 1 isso. Não gosto de falar sobre defecação e não permito isso na mesa de jantar, por exemplo. Seria inapropriado com 1 amigos novos, ou enquanto se desfruta de um sofisticado sorvete de chocolate, ou quando se aplica uma máscara de lama 1 no rosto. Ouvir sobre defecação é muito evocativo e desagradável **br betano com** quase todos os setting.

Mas essa função corporal, assim como 1 nossas nádegas nuas, precisa de tempo ocasional ao sol. Se houver algo sobre o qual precisamos de educação, ou mudança 1 social, ou se algo estiver afetando nossa saúde – precisamos falar sobre isso.

A fisioterapeuta especialista **br betano com** saúde pélvica Dr. Angela 1 James trata pacientes diariamente por problemas relacionados à – *indica a região dos sous-vêtements* – essa área.

"Quanto mais alfabetização as 1 pessoas tiverem sobre essas funções, mais fácil será discutir com um profissional de saúde se algo der errado", diz James. 1 "Funções intestinais, saúde do trato digestivo e saúde pélvica são pilares centrais da saúde geral!"

Ela me mostra o gráfico Bristol 1 (procure por isso). Discutimos quais defecções são ótimas. A sensação inconfundível no corpo do chamado para defecar tem um nome 1 médico: é o "chamado para fezes". Soa como uma banda punk gritando, mas ignorar o banheiro porque está no trabalho 1 significa que você está ignorando esse chamado.

"É importante ser responsivo ao 'chamado para fezes' e priorizar chegar ao banheiro dentro 1 de alguns minutos dessa sensação. É quando tudo está 'pronto para ir' – as fezes estão na posição certa – 1 no reto – combinadas com uma complexa interação de pressão da região abdominal, relaxamento dos esfíncteres e dos músculos do 1 assoalho pélvico", diz James.

"Se houver atrasos consistentes nessa resposta oportuna à defecação, haverá uma inversão dessa complexa interação, onde os 1 músculos do assoalho pélvico e o esfíncter se apertam, resultando no fezes se afastando do reto. As fezes podem então 1 secar, endurecer, resultando

br betano com uma necessidade de mais pressão para defecar a próxima vez que o chamado para fezes surgir. 1 Isso pode ser um atraso de até 24 horas!"

Meu pai costumava teorizar sobre um cilindro giratório lentamente dentro de seu 1 ventre – imagine o tubo de papel do rolo de cozinha. Ele gira lentamente. Em 24 horas, ele alinha com 1 o seu orifício anal. Rapidamente – essa é a chamada para fezes. Ele costumava brincar de que se você perdesse 1 a janela, teria que esperar outras 24 horas. E depois de todos esses anos, percebo que **br betano com** teoria engraçada não 1 estava tão longe da verdade.

Enviei um WhatsApp ao grupo de trabalho: "Alguém se sente como conversar sobre a timidez/reluctância **br betano com** 1 defecar no trabalho ou banheiros públicos?"

"Obrigado pela oferta, mas estou bem", foi uma resposta.

"Minha filha de 8 anos?" foi outra.

Entendi 1 que o círculo de pessoas com quem posso falar sobre defecação não inclui meus amigos de trabalho.

Fiz uma lista mental 1 de amigos com quem posso incomodar com essa pergunta. Mesmo que eles não queiram responder – apenas sentir-se seguro **br betano com** 1 fazer a pergunta é um sinal de que nossa ligação é segura.

Talvez a conversa sobre defecação seja uma medida de 1 verdadeira amizade e intimidade?

Inscreva-se no

Cinco Grandes Leituras

Cada semana nossos editores selecionam cinco dos 1 artigos mais interessantes, entretenidos e reflexivos publicados pelo Guardian Australia e nossos colegas internacionais. Inscreva-se para recebê-lo **br betano com** seu email 1 a cada sábado de manhã

Aviso de Privacidade: Os boletins informativos podem conter informações sobre caridades, publicidade online e conteúdo financiado por terceiros. Para mais informações 1 consulte nossa Política de Privacidade. Utilizamos o reCaptcha da Google para proteger nosso site e o Aviso de Privacidade e 1 Termos de Serviço da Google se aplicam.

depois da promoção do boletim informativo

Aqui estão algumas das respostas:

Reina*: "Eu estava 1 falando sobre isso com minha irmã! Ela nunca defeca **br betano com** lugares públicos! Para ela, é mais sobre higiene do que 1 vergonha. Ela preferiria defecar **br betano com** casa do que gastar muito tempo **br betano com** um banheiro público. É o germe do assento."

Heidi: 1 "Eu definitivamente defecaria no trabalho, mas tentaria obter um cubículo de banheiro vazio."

Katie: "Odio defecar **br betano com** qualquer lugar, exceto **br betano com** 1 casa. Preferencialmente com ninguém mesmo **br betano com** casa. NÃO SEI POR QUE."

Frank: "Eu defeco **br betano com** todos os novos locais de trabalho 1 como um ato de agressão e domínio", diz ele (ao deleite e aprovação do grupo de chat).

Jack: "Não no trabalho! 1 Nunca, nunca. O trabalho tem suas próprias regras e necessidades. O que é sagrado fora do trabalho deve permanecer sagrado."

Sam: 1 "Eu poderia defecar **br betano com** casa de um amigo, sim. No entanto, se o banheiro estiver **br betano com** uma área central, então 1 manteria até o último minuto. Se estiver **br betano com** torno de uma nova parceira, faria uma viagem falsa à loja ou 1 para a rua para defecar **br betano com** algum outro lugar. As pessoas bonitas não defecam."

O que estou tirando disso é que 1 as pessoas gostariam de responder ao Chamado para Fezes com confiança punk de que elas estarão livres de interrupção, com 1 privacidade e sem julgamento.

James diz que a maneira ideal de defecar é com as pernas mais altas que a cintura, 1 inclinándose para frente (como se estivesse **br betano com** rápida atenção – minhas palavras) e com o

músculo abdominal alongado. As pessoas 1 de pequeno porte podem se beneficiar de um banheiro **br betano com** forma de escada. (A palavra novamente!) Você o coloca no 1 chão do banheiro e coloca os pés **br betano com** cima quando o cilindro estiver alinhado com a estratégia de saída. Ela 1 me mostra um e acabo comprá-lo e levando para casa.

Não para o trabalho, obviamente.

** Mudamos todos os nomes nas citações 1 de feedback, mas eles são todos reais*

Nova ministra dos Direitos Humanos prioriza sigilo em **br betano com investigações de assédio**

A nova ministra dos Direitos Humanos, Macaé Evaristo, defende a preservação do sigilo das denúncias de assédio sexual contra o ex-chefe da pasta, Silvio Almeida, com o objetivo de proteger os denunciadores e garantir o direito à defesa. Ela foi anunciada pelo presidente Luiz Inácio Lula da Silva nesta segunda-feira como a nova ministra e já se reuniu com o presidente para discutir os planos para fortalecer o ministério.

Protegendo os denunciadores e garantindo o direito à defesa

Macaé Evaristo acredita que é fundamental que as investigações sejam conduzidas com cuidado e que seja garantido o sigilo das denúncias. Ela também enfatizou a importância de garantir o direito à defesa e a privacidade dos envolvidos nos casos de assédio.

Nova ministra conhece o secretariado do MDH

Macaé Evaristo visitou o Ministério dos Direitos Humanos na tarde de hoje para conhecer o secretariado. Ela se comprometeu a não se candidatar a um novo mandato de deputada estadual em **br betano com** 2026 e a ficar no cargo até o fim do mandato do presidente Lula.

Cerimônia de posse na próxima semana

A nova ministra afirmou que a cerimônia oficial de posse está marcada para a próxima semana, mas que ela já começou a trabalhar no ministério hoje mesmo, enquanto ainda cumpre o seu mandato como deputada estadual em **br betano com** Minas Gerais.

Cargo	Ano
Deputada estadual, PT	2024-presente
Secretária de Educação	2024-2024
Secretária de Educação Continuada, Alfabetização, Diversidade e Inclusão	2013-2024
Secretária municipal de Educação	2005-2013

Macaé Evaristo é deputada estadual pelo PT em **br betano com** Belo Horizonte e tem uma longa carreira na educação, tendo se formado como professora e servido como secretária de Educação em **br betano com** diferentes níveis de governo. Ela entrou na política enquanto secretária municipal de Educação em **br betano com** 2005 e tem servido em **br betano com** diferentes cargos desde então, incluindo o de secretária de Educação Continuada, Alfabetização, Diversidade e Inclusão no Ministério da Educação de 2013 a 2024.

Informações do documento:

Autor: symphonyinn.com

Assunto: br betano com

Palavras-chave: **br betano com - symphonyinn.com**

Data de lançamento de: 2024-09-16