

vera john bonus - symphonyinn.com

Autor: symphonyinn.com Palavras-chave: vera john bonus

Noturnos: a superioridade cientificamente comprovada

Meus conterrâneos noturnos, encha a xicara de café e aproxime-se: tenho boas notícias. Por muito tempo, nossa espécie foi injustamente caluniada. Estigmatizados como preguiçosos e sem disciplina. Aconselhados a serem gaiotas-da-manhã. Aconselhados a ir para a cama cedo para acordarmos antes das 5 da manhã e correr um maratona antes do café da manhã, como parecem fazer todos os high-flyers. Agora, no entanto, estamos tendo a última gargalhada. A ciência oficialmente nos coroou superiores a nossos irmãos de alvorada.

Bem, pode ser um pouco mais complicado do que isso. Um estudo publicado na última semana, que você pode ter visto enquanto desfilava às 1 da manhã, sugere que ficar acordado até tarde pode ser bom para o poder do cérebro. Este estudo é legítimo? Não, é uma campanha encoberta de uma empresa de comprimidos de cafeína? Não, é legítimo. Pesquisas lideradas por acadêmicos do Imperial College de Londres estudaram dados sobre mais de 26.000 pessoas e encontraram que "os autodeclarados 'noctívagos' tendem a ter pontuações cognitivas mais altas **vera john bonus** geral". E estamos falando de muito mais altas. "Os tipos noturnos ... marcaram cerca de 13,5% a mais do que os tipos matutinos **vera john bonus** um grupo e 7,5% a mais do que os tipos matutinos **vera john bonus** outro grupo", de acordo com um resumo do estudo.

Especialistas advertiram sobre a interpretação dos achados, citando, por exemplo, "limitações importantes". No entanto, acho que podemos ignorar essas limitações por enquanto e nos concentrar no fato empolgante de que os noturnos finalmente foram vindicados.

Infelizmente, essa vindicação chega no momento errado **vera john bonus** minha vida. Ter um filho pequeno significa que fui forçado a entrar na rotina, se não na mentalidade, de uma gaiota-da-manhã. Resulta que os bebês não vêm com um botão "snooze". Também não respondem particularmente bem quando se tenta explicar a eles que algumas pessoas nascem com uma predisposição genética - um cronótipo - que significa que eles funcionam melhor **vera john bonus** certos momentos do dia, e *meu* cronótipo me torna inútil antes das 10 da manhã.

No entanto, embora não possa impressionar meu bebê, estou feliz **vera john bonus** ver um estudo que finalmente desafia estereótipos de longa data sobre sono. Melhor tarde do que nunca, não é?

Grupo	Pontuação dos noturnos	Pontuação dos matutinos
-------	------------------------	-------------------------

Primeiro grupo	13,5% a mais	N/D
----------------	--------------	-----

Segundo grupo	7,5% a mais	N/D
---------------	-------------	-----

As ações da Alphabet subiram 10% no início do comércio de Wall Street na sexta-feira para dar ao grupo tecnológico uma capitalização – medida que mede o valor das empresas - **vera john bonus** mais dos US\$ 2 trilhões. A última vez, a Alphabet atingiu esse nível nas negociações intradiárias (intraday trading) até 2024 mas ainda não fechou acima desse padrão após um dia comercializado

As ações da Alphabet subiram depois de ter publicado resultados na quinta-feira que superaram as expectativas dos analistas. A Microsoft também relatou números fortes nesta Quinta, **vera john bonus** meio a um forte investimento no setor das inteligências artificiais e investidores empurrarem o negócio para além do valor estimado nos 3 trilhões dólares americanos (US\$3 milhões), nível este já ultrapassado neste ano ndice skip promoção newsletter passado

Informações do documento:

Autor: symphonyinn.com

Assunto: vera john bonus

Palavras-chave: **vera john bonus - symphonyinn.com**

Data de lançamento de: 2024-08-20