

brusque e sport palpito - symphonyinn.com

Autor: symphonyinn.com Palavras-chave: brusque e sport palpito

Riscos para pessoas grávidas durante ondas de calor

Especialistas **brusque e sport palpito** saúde pública e médicos explicam os riscos da alta temperatura durante a gravidez e compartilham formas de se manter seguro.

Riscos para pessoas grávidas durante ondas de calor

As pessoas grávidas correm maior risco de doença por calor e insolação. Isso se deve à tensão física de carregar um feto **brusque e sport palpito** desenvolvimento e às mudanças hormonais que podem afetar a termorregulação.

"O feto, o líquido amniótico, a placenta estão lá e estão gerando calor. Elas são uma carga metabólica", disse Wylie. "Então, mesmo sem ondas de calor, quando você está grávida, você tem que dissipar esse calor."

Para manter o fluxo sanguíneo para a placenta e o feto, o volume sanguíneo das pessoas grávidas aumenta **brusque e sport palpito** cerca de 40% a 50% durante a gravidez. O aumento do volume sanguíneo e do líquido amniótico, além de outras mudanças fisiológicas, significa que as pessoas grávidas precisam consumir mais líquidos - e são mais propensas à desidratação.

As pessoas grávidas também correm risco de parto prematuro, baixo peso ao nascer e mortes fetais.

"O calor extremo pode criar problemas para ficar grávida até o final do prazo", disse Nathaniel DeNicola, um obstetra-ginecologista **brusque e sport palpito** Newport Beach, Califórnia.

"Fadiga e desidratação desencadeiam as hormonas envolvidas **brusque e sport palpito** contrações e, se essa cascata continuar, produzem o parto."

Sintomas da doença por calor

Os sintomas comuns incluem desidratação, náuseas, vômitos, vertigens, batimentos cardíacos rápidos e confusão. Embora esses sintomas sejam semelhantes aos dos não grávidos, há um risco acrescido de complicações.

"Você pode não chegar ao ponto de ter um acidente vascular cerebral por calor, mas ainda pode ter um efeito negativo na **brusque e sport palpito** gravidez", disse Wylie.

Quais as pessoas grávidas são as mais vulneráveis ao calor?

As comunidades negras e hispânicas são desproporcionalmente afetadas pelo calor extremo. Elas são mais propensas a viver **brusque e sport palpito** ilhas de calor urbanas - áreas onde altas concentrações de asfalto e prédios e a falta de espaço aberto causam uma maior concentração de calor - e mais propensas a trabalhar ao ar livre ou **brusque e sport palpito** outras profissões com alta exposição ao calor.

"As comunidades de cor podem ser expostas a bairros que têm menos espaço aberto e mais concreto", disse Wylie. "Eles podem estar **brusque e sport palpito** maior risco de não poderem pagar as contas de utilidade e isso pode aumentar **brusque e sport palpito** suscetibilidade a

eventos de calor extremo."

Eles também são mais propensos a serem expostos a poluentes nocivos e má qualidade do ar, que também estão ligados a maus resultados de saúde materna.

"Sabemos que, mesmo sem exposições ambientais, os resultados de saúde materna são piores para as mães negras", disse Rupa Basu, um epidemiologista com a Agência de Proteção Ambiental da Califórnia. "É o que mais me preocupa é que essa disparidade está aumentando."

As mulheres negras estão três vezes mais propensas a morrer de complicações relacionadas à gravidez do que as mulheres brancas, com risco abrangendo níveis de renda e educação.

Como as pessoas grávidas podem ficar seguras durante ondas de calor?

"Evitar o exterior durante as horas de pico de calor, beber muito líquido, vestir roupas soltas e ficar **brusque e sport palpíte** ambientes frescos e climatizados, se possível", disse Basu. "Ir a um cinema ou shopping center coberto porque isso estará climatizado pode soar tão simples, mas é realmente benéfico."

Os especialistas também recomendaram tomar um pouco mais fácil.

"Há muito ênfase **brusque e sport palpíte** manter a forma física durante a gravidez, o que é ótimo", disse DeNicola. "Mas empurrar além dos limites, especialmente **brusque e sport palpíte** horários quentes, não é bom. Você deve ajustar seus exercícios e ajustá-los adequadamente."

Ele adicionou que as pessoas devem planejar o tempo ao ar livre com base quando o calor e a poluição do ar serão mais baixos.

"As mulheres grávidas têm muito o que se preocupar - elas já recebem listas longas de coisas que não podem beber e comer e diversão que não podem ter, [mas] elas não podem controlar o ar que respiram ou o calor do exterior", disse DeNicola. "Mas há algumas maneiras de se proteger contra o calor extremo e muitas vezes o conhecimento é poderoso."

Eleições no México: um guia do processo eleitoral e dos candidatos

Em 2 de junho, os mexicanos votarão para escolher o próximo presidente **brusque e sport palpíte** uma eleição histórica que pode ver uma mulher assumir o cargo mais alto do país pela primeira vez.

Além da presidência, estão **brusque e sport palpíte** jogo mais de 20.000 cargos e se estima que haja cerca de 70.000 candidatos disputando essas vagas, incluindo 128 assentos no Senado e 500 cadeiras na Câmara dos Deputados; a prefeitura da Cidade do México; e os escritórios de governador **brusque e sport palpíte** Chiapas, Guanajuato, Jalisco, Morelos, Puebla, Tabasco, Veracruz e Yucatán.

Os candidatos à presidência

A candidata de 61 anos, Sheinbaum, é ex-prefeita da Cidade do México e cientista do clima. É uma aliada política de longa data do atual presidente, Andrés Manuel López Obrador, e foi secretária do meio ambiente da Cidade do México de 2000-2006, quando ele era prefeito.

Se vencer, Sheinbaum seria não apenas a primeira mulher presidente do México, mas também a primeira presidente de origem judaica, embora raramente fale publicamente sobre seu passado pessoal e tenha governado como uma esquerdista secular.

Seu alinhamento próximo com López Obrador tem sido ao mesmo tempo uma benção e uma maldição politicamente. Sheinbaum disse que não é uma "cópia exata" de López Obrador, mas também não se afasta de exaltar os princípios que compartilham, repetindo seus slogans na

campanha.

(López Obrador rejeitou repetidamente os susurros de que ele tem um candidato favorito que poderia influenciar, dizendo à imprensa **brusque e sport palpíte** fevereiro que ele se aposentaria completamente após seu mandato.)

Entre suas propostas de política, Sheinbaum prometeu:

- Continuar a pensão para todos os idosos do Lopez Obrador
- Bolsas de estudos para mais de 12 milhões de estudantes
- Aduobos gratuitos para donos de pequenas fazendas
- Em segurança, ela propôs consolidar a Guarda Nacional, a reforma judiciária, o fortalecimento da inteligência e pesquisa e a coordenação com as autoridades de aplicação da lei.

A candidata de 61 anos, Gálvez, é apoiada por uma coligação de oposição de partidos mexicanos PRI, PAN e PRD. Ela é ex-senadora e anteriormente atuou como a principal autoridade para assuntos indígenas sob o ex-presidente Vicente Fox.

A filha de um pai indígena e uma mãe de meia-raça, Gálvez era uma empresária antes de entrar na política.

Para uma novata, a entrada de Gálvez na corrida presidencial ganhou impulso impressionante, dizem os especialistas.

Seus planos incluem:

- Continuar a pensão para todos os idosos do Lopez Obrador
- Um "sistema de proteção social universal" de programas de bem-estar para classes médias e baixas
- Uma abordagem de segurança que fortaleceria a polícia local e estadual
- Gálvez também insinuou que o México, rico **brusque e sport palpíte** petróleo, deveria investir mais **brusque e sport palpíte** energia renovável, dizendo anteriormente este ano: "Não o fizemos porque somos burros."

Um candidato de última hora, Jorge Álvarez Máynez chamou a atenção internacional este mês, quando uma plataforma desabou **brusque e sport palpíte** um de seus eventos de campanha na cidade nordestina de San Pedro Garza García, matando nove pessoas e ferindo pelo menos 121.

O de 38 anos prometeu:

- Eliminar o crime de posse simples de drogas para parar a criminalização da pobreza e passar do proibicionismo à regulamentação das drogas
- Pôr fim à militarização de longa data do México e, **brusque e sport palpíte** vez disso, se concentrar **brusque e sport palpíte** treinar e fortalecer a polícia
- Ele também propôs uma reforma econômica gradual, incluindo um sistema de pensão universal, direitos trabalhistas e renda garantidos e uma reforma tributária progressiva
- Máynez também propôs transformar a Comissão Federal de Eletricidade (CFE) e Pemex **brusque e sport palpíte** empresas de energia renovável e limpa, e fechar algumas refinarias

As questões-chave: Segurança e migração

Segurança e migração são questões chave para todos os candidatos à presidência do México.

A campanha no período anterior às eleições foi marcada por tentativas de assassinato e violência política. Agora há preocupações de que os ataques tenham esfriado as campanhas; especialistas e partidos políticos dizem que alguns candidatos desistiram de suas candidaturas por medo da vida.

Mas a violência eleitoral é apenas uma parte da crise de segurança mais ampla do México, com

taxas altíssimas de crime e homicídio. Nos primeiros quatro anos e meio do governo de López Obrador, foram registrados 160.594 homicídios – uma cifra superior à do governo anterior.

No entanto, um relatório do Índice de Paz Mexicano (MPI), preparado pelo Instituto de Economia e Paz (IEP), ofereceu algum motivo de otimismo, relatando melhorias **brusque e sport palpite** cinco indicadores-chave: homicídios, crimes com violência, medo de violência, crimes cometidos com armas de fogo e crimes de violência. Homicídios e crimes cometidos com armas de fogo atingiram o pico **brusque e sport palpite** 2024, de acordo com o relatório de maio de 2024, e desde então melhoraram.

Enquanto isso, a pressão está crescendo nas fronteiras sul e norte do México.

Em 2024, o Instituto Nacional de Migração (INM) registrou um aumento de 77% **brusque e sport palpite** chegadas de migrantes **brusque e sport palpite** comparação com 2024. E enquanto o México lida com o aumento de migrantes e solicitantes de asilo que entram e cruzam seu próprio território, também terá que enfrentar políticas externas sobre migração.

Como exemplo, Myriam Guadalupe Castro Yáñez, acadêmica da Escola Nacional de Serviço Social da Universidade Nacional Autônoma do México (UNAM), aponta uma lei estadual do Texas que recentemente causou ondas no México.

Em dezembro, o governador do Texas, Greg Abbott, sancionou uma lei que permite que autoridades estaduais prendam e deportem pessoas suspeitas de terem entrado nos Estados Unidos ilegalmente. A lei está atualmente bloqueada **brusque e sport palpite** um tribunal federal dos EUA, mas o governo de López Obrador advertiu que não receberá pessoas deportadas pelo Texas e que apenas discutirá questões de imigração com Washington.

Tanto Sheinbaum quanto Gálvez manifestaram apoio a essa postura.

*Contribuição de reportagem da **brusque e sport palpite** Rafael Romo e David Shortell.*

Informações do documento:

Autor: symphonyinn.com

Assunto: brusque e sport palpite

Palavras-chave: **brusque e sport palpite - symphonyinn.com**

Data de lançamento de: 2024-08-17