

Max Kilman se une al West Ham por £40m: "Es un gran club"

Max Kilman ha dicho que el West Ham es "un gran club" después de completar un movimiento de £40m desde los Wolves y firmar un contrato de siete años.

La transferencia significa que el defensa central de 27 años está reunido con Julen Lopetegui después del período del español en Molineux la temporada pasada. Los Hammers habían rechazado una oferta de £25m anterior en el verano, pero regresaron con una oferta más alta.

"Es un sentimiento increíble ser jugador del West Ham United", dijo Kilman al sitio web del club.

"Tan pronto como supe del interés del club, fue una oportunidad que estaba deseando perseguir, así que no podría estar más feliz de estar aquí".

"Realmente disfruté trabajando con Julen durante su tiempo en los Wolves - es un entrenador de primera clase y alguien de quien aprendí mucho, y estoy seguro de que continuaré mejorando como jugador bajo su dirección aquí. El West Ham es un gran club y siento que este es el siguiente paso natural en mi carrera".

Kilman, quien pasó una exitosa evaluación médica el viernes, deja a los Wolves justo 12 meses después de firmar un nuevo acuerdo a largo plazo. Estuvo en Molineux durante seis años, haciendo 151 apariciones en todas las competiciones, después de costar a los Wolves £40,000 desde Maidenhead. El director deportivo de los Wolves, Matt Hobbs, dijo: "Es agri dulce para mí, habiendo traído a Max, pero se siente como un trato que funciona para todos".

"Estamos obteniendo una buena tarifa y un rendimiento increíble de la inversión, el West Ham está obteniendo un defensa central zurdo local y es una buena historia para Maidenhead".

Declaraciones de Matt Hobbs, director deportivo de los Wolves

- "Mientras fue difícil, también permite que Max se acerque a su familia en Londres".
- "Se trata de una oportunidad emocionante para todos. Nos permite buscar en el mercado y permitir que alguien más se convierta en líder".
- "Estamos emocionados de ver lo que podemos hacer y buscaríamos traer a alguien que nos mueva hacia adelante".

Morte de Maria Branyas Morera, a pessoa mais velha do mundo, reaviva debate sobre segredos da longa vida

A morte de 1 Maria Branyas Morera, a pessoa mais velha do mundo, aos 117 anos, pode levar muitas pessoas a refletirem sobre os 1 segredos de uma vida excepcionalmente longa. No entanto, os cientistas dizem que pode ser melhor evitar tomar conselhos de longevidade 1 de centenários.

De acordo com o site do Guinness World Records, Branyas acreditava que **avai x coritiba palpite** longa vida se devia a "ordem, 1 tranquilidade, boa conexão com a família e amigos, contato com a natureza, estabilidade emocional, nenhuma preocupação, nenhum arrependimento, muita positividade 1 e ficar longe de pessoas tóxicas".

No entanto, Richard Faragher, professor de biogerontologia na University of Brighton, disse que na realidade 1 os cientistas ainda estão tentando descobrir por que algumas pessoas vivem além dos 100 anos.

Teorias sobre a longevidade

Faragher disse que existem duas principais teorias sobre a longevidade e elas não são mutuamente exclusivas.

A primeira, disse ele, é que algumas pessoas simplesmente têm sorte. Em outras palavras, apenas porque centenários têm certos hábitos, isso não significa que esses hábitos estejam impulsionando uma longa vida - um erro lógico conhecido como "viés de sobrevivência".

"Apenas porque você sobreviveu fumando 60 por dia não significa que fumar 60 por dia seja bom para você", disse Faragher.

A segunda teoria, disse ele, é que centenários têm características genéticas específicas que os equipam para viver uma vida mais longa - outras palavras, eles são tornados mais robustos como resultado de uma genética.

Faragher disse que ambas as teorias, no entanto, resultam na mesma advertência: "Nunca, nunca tome dicas de saúde e estilo de vida de um centenário."

Ele adicionou: "O que você vê com a maioria dos centenários, a maior parte do tempo - e essas são generalizações - é que eles não fazem muito exercício. Quase sempre, suas dietas são bastante insalubres", notando que alguns centenários também são fumantes.

"Isso vai de frente face de muita evidência epidemiológica que temos sobre como estender a expectativa de vida saudável", disse, acrescentando que um grande estudo descobriu que não fumar, fazer exercícios, beber com moderação e comer cinco porções de frutas e verduras por dia poderiam aumentar a expectativa de vida até 14 anos.

"O fato de eles fazerem muitas coisas insalubres e ainda apenas passarem por isso diz que eles são sortudos ou geralmente muito bem abastecidos geneticamente", disse.

Branyas reconheceu que a sorte desempenhou um papel em uma longa vida, enquanto a filha Rosa Moret uma vez atribuiu isso aos genes. "Ela nunca foi ao hospital, ela nunca fraturou nenhum osso, ela está bem, ela não tem dor", Moret disse à televisão regional catalã.

Faragher adicionou que muitas das possibilidades mencionadas para porque centenários vivem mais tempo podem realmente ser exemplos de causalidade inversa. Por exemplo, a ideia de que ter uma perspectiva mental positiva pode ajudá-lo a viver por muito tempo pode, pelo menos em parte, estar enraizada em pessoas serem mais otimistas porque têm melhor saúde.

"Quando foi a última vez que você teve uma atitude mental realmente positiva e dor de dente?" ele disse.

Faragher adicionou que um problema é que, ao considerar centenários, há uma tendência a se concentrar em coisas que podem ter ajudado a sobrevivência. "Mas não consideramos os desabilitadores", disse.

Outros fatores na longevidade

David Gems, geneticista na University College London, disse que, além do sexo, que é um fator importante na longevidade - com as mulheres envelhecendo mais lentamente do que os homens - ele concorda que a sorte é importante, notando que um exemplo é a variabilidade natural na taxa de envelhecimento.

"Eu trabalho com minhocas que vivem apenas algumas semanas", disse. "As minhocas são geneticamente idênticas umas às outras, e elas são mantidas em condições idênticas, mas as primeiras minhocas morrem de velhice aos 10 dias, e as últimas aos 30 dias." No entanto, mesmo que, a nível individual, uma dose de sorte possa ajudar a explicar por que

algumas pessoas vivem além dos 100 anos, os especialistas dizem que existem fatores bem conhecidos que podem ajudar a melhorar a expectativa de vida a nível populacional, incluindo melhorias na assistência médica e higiene.

"Desde cerca de 100 anos atrás, o que começamos a ver foi avanços enormes na expectativa de vida impulsionados por melhorias na redução da probabilidade de crianças morrerem", disse David Sinclair, diretor executivo do International Longevity Centre, observando que isso foi grande parte devido à introdução de vacinação e água potável.

"O que tivemos nos últimos 20 anos, e vamos ver nos próximos 20 anos, é um foco semelhante em termos de idade avançada", disse Sinclair, acrescentando que isso inclui melhorias nas vacinas para gripe e herpes zoster, estatinas e outros medicamentos que ajudarão a aumentar a expectativa de vida entre as pessoas mais velhas. Mas ele disse que os governos também precisam agir para ajudar as pessoas a fazer escolhas mais saudáveis - escolhas que acabarão ajudando-as a viver mais - acrescentando que muitas pessoas vivem em ambientes que é difícil fazer exercícios, comer bem ou evitar a poluição.

Mesmo que uma pessoa vivencie a vida centenária, no entanto, isso não necessariamente significa que a vida estará repleta de balões e tortas de aniversário flamboyantes.

Como disse Sinclair, as notícias sobre centenários tendem a ser otimistas, mas geralmente emerge que esses indivíduos enfrentam desafios, como viver sozinhos por muitos anos.

"A realidade não é sempre tão positiva quanto parece", disse.

Informações do documento:

Autor: symphonyinn.com

Assunto: avai x coritiba palpito

Palavras-chave: **avai x coritiba palpito - symphonyinn.com**

Data de lançamento de: 2024-09-13