

Francine atinge a sudeste da Luisiana como furacão categoria 2

A Francine desembarcou na costa sul da Luisiana na quarta-feira como um furacão categoria 2, enquanto as autoridades alertavam para tempestades perigosas, inundações e ventos de 100 mph.

Houve ordens de evacuação **galvao pixbet** alguns condados, à medida que as comunidades se preparavam.

O Serviço Meteorológico Nacional dos EUA alertou para "ventos destrutivos, enchentes perigosas e chuva torrencial" **galvao pixbet** uma região que ainda se recupera de uma série de furacões devastadores **galvao pixbet** 2024 e 2024.

A tempestade foi a última de uma série recente que aumentou repentinamente **galvao pixbet** intensidade, à medida que os especialistas alertam que a crise climática está criando tempestades mais potentes.

Preparativos e medidas de precaução

Na cidade de Morgan City, as estações de gasolina colocaram placas de madeira nas janelas e trouxeram lixeiras para dentro, enquanto algumas bombas ainda atendiam o fluxo de carros pouco antes do amanhecer. A cidade, com cerca de 11.500 habitantes, fica nas margens do rio Atchafalaya no sul da Luisiana e é cercada por lagos e pântanos.

Larry Doiron, dono de uma estação Chevron logo fora dos limites da cidade de Morgan City, disse que tinha gasolina suficiente para manter as bombas funcionando durante a tempestade.

"Somos o único lugar por aqui para o departamento do xerife, o departamento de incêndio. Temos gasolina. Todos os moradores dependem de nós", disse. "Vamos tentar ficar **galvao pixbet** cima do assunto e, esperançosamente, cuidar de todos."

Após o desembarque, o centro do furacão deve se mover para o norte do Louisiana até o Mississippi na quinta-feira, disse o Centro Nacional de Furacões mais cedo na quarta-feira.

Os ventos mais fortes e as enchentes estão previstos para ocorrerem nos sul-centrais do Louisiana, mas as chuvas fortes e as ameaças de tornado devem abranger áreas mais a leste, incluindo partes do sul do Mississippi, Alabama e Florida Panhandle, oficiais de meteorologia acrescentaram.

"No total, a Francine está prevista para produzir chuvas de 4 a 8 polegadas, com montantes locais de até 12 polegadas para a costa central/leste do Golfo até à noite da quinta-feira", disse o Serviço Meteorológico Nacional, acrescentando que as chuvas poderiam causar "inundações consideráveis de flash e urbanas".

Um estado de emergência foi declarado pelos governadores da Luisiana e do Mississippi, e na terça-feira, Joe Biden emitiu uma declaração de emergência para o estado da Luisiana, ordenando assistência federal para complementar os esforços de resposta do estado, tribal e local.

A Agência Federal de Gestão de Emergências (Fema) encorajou os residentes no caminho da tempestade na terça-feira a "concluir os preparativos, escutar os funcionários locais e tomar as precauções de segurança necessárias".

La menopausia: de etapa a celebrar en lugar de temer

La menopausia solía considerarse una fuente de vergüenza ageista, una bomba sin explotar o un paquete sospechoso. Pero es una fase natural que marca el final de los años fértiles y, por fin, contamos con la ciencia y el conocimiento necesarios para abordar gran parte de los problemas de salud mental y física que la rodean. Es hora de abrazar la menopausia en lugar de temerla y abordarla de manera holística.

Del tabú a la celebración

Como dijo la actriz Gillian Anderson, quien luchó contra una menopausia precoz: «La perimenopausia y la menopausia deben tratarse como las etapas de transición que son y, si no celebrarse, al menos aceptarse, reconocerse y honrarse». Y el período posterior puede ser asombroso; cuando los niveles de hormonas se estabilizan, tus estados de ánimo se equilibran y los períodos han desaparecido para siempre.

Conocimiento y acción

En el Reino Unido estamos comenzando a cuidar adecuadamente a las mujeres que atraviesan este cambio de vida masivo y a capacitarlas para priorizar su salud. Las mujeres saben más sobre los cambios de estilo de vida útiles, como la importancia del ejercicio y la dieta, por ejemplo. En los últimos dos años, los médicos de atención primaria y los pacientes se han vuelto mucho más informados sobre la ciencia, lo que les aconsejo ignorar la menopausia y su malévola hermana pequeña, la perimenopausia, bajo su propio riesgo.

Cambios hormonales

Si deseas transitar hacia una segunda mejor parte, se requiere acción cuando los ovarios dejan de producir huevos y los niveles hormonales de estrógeno y progesterona comienzan a agotarse. Esto sucede a la edad promedio de 51 en las mujeres blancas, y a menudo más joven para las mujeres asiáticas y negras, o aquellas que experimentan menopausia precoz. El caos comienza en la perimenopausia, generalmente en tu cuarta década, pero más joven para algunas, ya que el estrógeno alcanza puntos altos e inesperados y bajos.

Informações do documento:

Autor: symphonyinn.com

Assunto: galvao pixbet

Palavras-chave: **galvao pixbet - symphonyinn.com**

Data de lançamento de: 2024-09-13