

## **Como la víbora cruzó la calle: No lo hizo, ¡tenía mucho miedo!**

Ahora, sin embargo, se están construyendo los primeros túneles para víboras de adder en Gran Bretaña para ayudar a las poblaciones cada vez más escasas y temerosas de las carreteras de esta serpiente en peligro de extinción.

Los dos túneles, que discurren bajo un camino que divide los comunes de Greenham y Crookham en Berkshire, han sido diseñados para atraer a las reptiles termosensibles.

La única serpiente venenosa de Gran Bretaña ha desaparecido del centro de Inglaterra en la última década debido a la persecución, la fragmentación del hábitat y el crecimiento de las tierras de caza de faisanes no nativos, ya que los faisanes depredan sobre pequeñas vipéridos.

"Tenemos una crisis de biodiversidad. Necesitamos hacer cosas nuevas e innovadoras", dijo Tom Hayward, del Berks, Bucks y Oxon Trust de Conservación de la Vida Silvestre (BBOWT).

"Necesitamos pensar fuera de la caja en cómo beneficiamos a estas especies".

### **Proyecto de túnel de serpientes: Corredores sinuosos y cercas bajas**

El proyecto está creando corredores sinuosos de ramas cortadas a través de los prados comunales, con 100 metros de cerca baja, sólida y metálica para conducir a las serpientes a cada entrada del túnel.

Debbie Lewis, jefa de ecología de BBOWT, dijo: "El objetivo es habilitarles para que se mezclen y se vuelvan más resistentes en el futuro. En la actualidad, son poblaciones aisladas y la genética es muy importante para su supervivencia".

"Es una especie que está colgando de un hilo y sería trágico si desapareciese".

Las carreteras son un obstáculo porque las serpientes evitan el terreno abierto, donde son vulnerables a la depredación de aves. Si una serpiente de movimiento lento cruza una carretera, es probable que sea atropellada por un coche.

El proyecto de túneles de BBOWT, financiado con 113.000 libras esterlinas del programa de recuperación de especies de Natural England, ha creado corredores ondulantes de maleza acondicionada para serpientes a través de los prados comunales, con 100 metros de cerca baja, sólida y metálica para conducir a las serpientes a cada entrada del túnel.

Una vez dentro del túnel de resina de concreto, las serpientes encuentran un suelo espeso de piedras grandes que pueden agarrar y que se calientan con el sol que brilla a través de un techo de rejilla metálica para crear una temperatura atractiva.

"Podríamos haber puesto calefacción, pero entonces el peligro es que las serpientes nunca hubieran abandonado los túneles", dijo Hayward.

### **Pesquisadores sugerem que dormir mais tarde pode ser vantajoso para o poder cerebral**

A ideia de que pessoas que ficam acordadas até tarde na noite lutam para fazer alguma coisa durante o dia pode precisar ser revisada.

Estudos indicam que permanecer acordado até tarde pode ser benéfico para o nosso poder cerebral, pois pessoas que se identificam como noctívagas poderiam ser mais afiadas do que

aquelas que se deitam cedo.

## **Pesquisadores estudam o efeito do sono **pix bet casino** mais de 26.000 pessoas**

Acadêmicos da Imperial College London lideraram um estudo **pix bet casino** que analisaram dados de mais de 26.000 pessoas que participaram do estudo UK Biobank e completaram testes de inteligência, raciocínio, tempo de reação e memória.

Eles então examinaram como a duração, a qualidade e o cronótipo do sono (que determina o momento do dia **pix bet casino** que nos sentimos mais alerta e produtivos) afetam o desempenho cerebral.

Eles descobriram que aqueles que se mantêm acordados até tarde e aqueles classificados como "intermediários" tiveram "superior função cognitiva", enquanto as "alva-do-alva" tiveram as pontuações mais baixas.

## **Pessoas que se mantêm acordadas até tarde estão associadas a tipos criativos**

Ficar acordado até tarde está fortemente associado a tipos criativos. Artistas, autores e músicos notórios conhecidos por serem noctívagos incluem Henri de Toulouse-Lautrec, James Joyce, Kanye West e Lady Gaga.

## **A duração do sono é importante para o desempenho cerebral**

Embora políticos como Margaret Thatcher, Winston Churchill e Barack Obama pareçam prosperar com pouco sono, o estudo descobriu que a duração do sono é importante para o desempenho cerebral, com aqueles que obtêm entre sete e nove horas de sono por noite obtendo as pontuações mais altas **pix bet casino** testes cognitivos.

## **Recomendações de especialistas**

A Dra. Raha West, autora principal e pesquisadora clínica do departamento de cirurgia e câncer da Imperial College London, disse: "Entender e trabalhar com suas tendências naturais de sono é essencial, mas é igualmente importante se lembrar de obter apenas o suficiente sono, não muito longo ou muito curto. Isso é crucial para manter o cérebro saudável e funcionando de forma ideal."

O prof. Daqing Ma, co-líder do estudo, também do departamento de cirurgia e câncer da Imperial College London, acrescentou: "Acreditamos que gerenciar ativamente os padrões de sono é realmente importante para potencializar e proteger o funcionamento do nosso cérebro.

"Nós gostaríamos de ver intervenções políticas para ajudar a melhorar os padrões de sono na população geral."

## **Precauções ao interpretar os achados**

No entanto, alguns especialistas advertiram sobre a interpretação dos achados. Jacqui Hanley, chefe de financiamento de pesquisas da Alzheimer's Research UK, disse: "Sem uma imagem detalhada do

---

### **Informações do documento:**

Autor: symphonyinn.com

Assunto: pix bet casino

Palavras-chave: **pix bet casino - symphonyinn.com**

Data de lançamento de: 2024-09-13