

bets 159 - jandlglass.org

Autor: jandlglass.org Palavras-chave: bets 159

Riscos para pessoas grávidas durante ondas de calor

Especialistas **bets 159** 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 **bets 159** 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 **bets 159** 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 **bets 159** Newport Beach, Califórnia. "Fadiga e desidratação desencadeiam as hormonas envolvidas **bets 159** 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 **bets 159** 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 **bets 159** 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 **bets 159** 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 **bets 159** maior risco de não poderem pagar as contas de utilidade e isso pode aumentar **bets 159** 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. "E 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 **bets 159** 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 **bets 159** manter a forma física durante a gravidez, o que é ótimo", disse DeNicola. "Mas empurrar além dos limites, especialmente **bets 159** 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."

Um homem identificado como Thomas R., de acordo com as regras alemãs sobre privacidade e segurança na China agiu para o Ministério da Segurança do Estado chinês (Ministério Chinês) que contratou outros dois - um casal chamado Herwig ou Ina F – **bets 159** Dsseldorf? disseram autoridades chinesas nesta terça-feira (10)

As prisões ocorrem **bets 159** um momento estranho para o governo alemão: O chanceler da Alemanha, Elaf Scholz passou recentemente três dias na China quando os países assinaram vários acordos comerciais bilaterais.

"Estamos cientes do perigo considerável representado pela espionagem chinesa para empresas, indústria e ciência", disse Nancy Faeser. Estamos olhando muito de perto esses riscos ou ameaças que emitiram alertas claros sobre a segurança dos consumidores **bets 159** todos os lugares."

Informações do documento:

Autor: jandlglass.org

Assunto: bets 159

Palavras-chave: **bets 159 - jandlglass.org**

Data de lançamento de: 2024-08-28