

Investigação chinesa revela ligação entre bem-estar mental e envelhecimento saudável

Shanghai, 19 jun (Xinhua) -- Pesquisadores chineses descobriram que o bem-estar mental está associado ao envelhecimento saudável, independentemente do status socioeconômico, e desempenha um papel importante na promoção da longevidade e da resiliência no envelhecimento, informou o China Science Daily na terça-feira.

Melhor bem-estar mental contribui para envelhecimento saudável

A equipe de pesquisa da Faculdade de Medicina da Universidade Jiao Tong de Shanghai analisou os efeitos da saúde mental vários resultados do envelhecimento usando dados genéticos disponíveis publicamente de populações de descendência europeia.

A análise de vários conjuntos de dados, incluindo um com até 2,3 milhões de pessoas, mostrou que indivíduos com melhor bem-estar mental tendem a experimentar um envelhecimento mais saudável, caracterizado por maior resiliência, maiores níveis de autoavaliação de saúde e maior longevidade.

Fatores socioeconômicos e estilo de vida afetam saúde mental

Os pesquisadores também descobriram que renda, educação e ocupação estão relacionadas a uma melhor saúde mental, com o aumento da renda tendo a associação mais forte. Além disso, a redução do sedentarismo e do tabagismo, juntamente com o aumento da ingestão de queijos e frutas, pode contribuir para um melhor bem-estar mental e um envelhecimento mais saudável.

Importância de integrar apoio à saúde mental à política de saúde pública

Os resultados ressaltaram a necessidade de integrar o apoio à saúde mental à política de saúde pública e à pesquisa sobre o envelhecimento. A equipe de pesquisa também observou que as intervenções para promover a saúde mental podem ser uma estratégia viável para melhorar o envelhecimento saudável diferentes grupos de pessoas.

O estudo foi publicado na revista Nature Human Behaviour.

Um breve resumo do que o Partido Democrata alcançou Chicago

Há pouco mais de um mês, o que o Partido Democrata alcançou Chicago esta semana parecia impensável. No entanto, algumas semanas curtas, o partido descartou um Joe Biden vacilante como seu candidato, instalou Kamala Harris como sua substituta incontestável, aclamou Tim Walz como sua companheira de chapa, reavivou sua campanha e suas finanças, e tornou-se competitivo contra Donald Trump novamente. Se isso não fosse o suficiente, o discurso de aceitação de Ms. Harris na quinta-feira encimou uma semana de convenção que às vezes transbordava de compromisso e entusiasmo.

Tudo isso se soma a uma transformação política textbook. Muitos no partido se machucaram

desânimo. Embora todos tenham deixado isso perigosamente atrasado, aqueles que fizeram isso merecem a gratidão de milhões, e não apenas nos EUA. A campanha agora alcançou um impulso tão poderoso quanto poderia ser esperado nas circunstâncias. No entanto, isso é apenas o começo. Ainda há uma eleição para ganhar, uma eleição que moldará a América e o mundo. O ânimo de Chicago se transformará cinzas se o Sr. Trump for eleito.

A Sra. Harris teve duas tarefas particulares esta semana. A tarefa mais fácil, como se mostrou, foi unir o partido e enviá-lo para a campanha um estado de espírito animado e vitorioso. Isso nunca esteve realmente dúvida durante a semana, embora tenha vindo ao preço de uma marginalização impiedosa dos apoiadores mais pró-palestinos do partido. A tarefa mais difícil era para a vice-presidente usar seu discurso horário nobre para demonstrar uma evolução pessoal alguém que os americanos possam ver e ouvir como um potencial presidente e comandante chefe.

Ela teve sucesso nisso também, e com algo a spar. Havia nervos óbvios às vezes, um lembrete útil do remodelamento vertiginoso de sua vida que aconteceu tão repentinamente e que pode fazê-la a mulher mais poderosa do planeta alguns meses. No entanto, ao optar pela seriedade, vez de retórica ou brincadeiras, a Sra. Harris mostrou que ela se iguala ao que mais importa na presidência. Também estabeleceu uma das muitas contraste com o Sr. Trump - "um homem sem seriedade", ela o chamou.

Ela se descreveu como realista e prática, e fez um discurso prático, não um encantador. Ela se concentrou eleitores trabalhadores e do meio-termo, mas sem exaltar os sindicatos, como faria o Sr. Biden. Ela marcou caixas - custo de vida, habitação, política externa (incluindo o estado de Palestina) entre elas - vez de tentar atingir as estrelas oratórias. Embora tenha refletido sobre sua própria história de vida e suas "jornadas improváveis", a Sra. Harris não se concentrou questões de identidade. Na sua seção mais poderosa, o discurso se concentrou na ameaça republicana aos direitos reprodutivos das mulheres. No entanto, o tom geral foi inclusivo e unificador, outro contraste dramático com o Sr. Trump.

Agora, no entanto, os Democratas devem colocar os balões e a mercadoria da Kamala de lado e dar um pontapé. A Sra. Harris deve dar um pontapé também. Este é seu partido agora, não o de Mr. Biden, os Obamas ou os Clintons. Houve um aumento na sondagem e a convenção pode gerar outro. Os Democratas tiveram uma semana espetacular. No entanto, há mais 10 semanas na campanha, eles enfrentam um inimigo brutal e sem princípios e as coisas podem ficar mais difíceis. Até agora, tudo bem. Mas isso é um concurso presidencial muito apertado e não está nem perto de acabar.

Informações do documento:

Autor: jandlglass.org

Assunto: `codigo cupom estrela bet`

Palavras-chave: **codigo cupom estrela bet - jandlglass.org**

Data de lançamento de: 2024-11-22