

Cidadãos do mundo testemunham a horror de Israel atacando Gaza

Cidadãos do mundo não precisam de mídia de transmissão regular para mostrar-lhes a horror de Israel atacando Gaza. Mídia social entregou um fluxo contínuo de clipes, quase tempo real, cada {sp} parecendo ser mais chocante do que o último. Como se ilustrasse o ponto de que a televisão tradicional não conseguiu acompanhar, o programa Dispatches da Channel 4, Kill Zone: Inside Gaza, foi transmitido um dia depois que smartphones iluminaram com um ataque a um acampamento de refugiados Rafah, e uma imagem que pode definir este vergonhoso episódio da história humana: contra um fundo de tendas chamadas, um homem segura o corpo de um bebê, talvez com um ou dois anos, talvez mais jovem. É difícil dizer a idade exata do bebê, uma vez que eles não têm cabeça.

Qual é o papel do Kill Zone?

O Kill Zone é inevitavelmente um programa perturbador e triste, feito com habilidade e cuidado por 12 cineastas palestinos que certamente correram grave perigo durante os 200 dias que filmaram no período seguinte ao ataque horroroso de Hamas a civis israelenses 7 de outubro de 2024. Mas qual é o seu papel, quando imagens que seriam consideradas intransmissíveis na televisão já estão impressas nos cérebros, picando nossas consciências, inflamando nossos pesadelos?

A resposta mais óbvia é o serviço que presta a uma audiência mais ampla que possa estar menos ciente da escala da devastação, que está do outro lado de um abismo de conhecimento que se amplia entre o online e o offline. Aqui estão planos de alta definição de bairros inteiros destruídos; close-ups nítidos de arranha-céus reduzidos a massas retorcidas e ondulantes de aço, concreto e corpos; salas de hospital superlotadas com mulheres e crianças feridas e partidas, transmitidas para a tela grande no sala vez de apenas um dispositivo que cabe um bolso. Esta representação da carnificina tem uma rara clareza.

No entanto, o verdadeiro poder do Kill Zone reside na capacidade de um documentário de uma hora, profissionalmente feito, de sifilar através do caos e encontrar histórias. Em determinado volume, essas imagens virais de colossais bola de fogo ou pés sob os escombros podem começar a se sentir irreal. Mas as narrativas que se desenvolvem aqui confrontam-nos com a perda e o sofrimento de indivíduos nomeados cujo olhar nós encontramos.

Histórias pessoais de sofrimento

No início do filme, conhecemos a jornalista Hind Khoudary e o cinegrafista Ali Jadallah. A camaradegia de humor negro de seu time é notável: ao enfrentar outro dia, Khoudary pergunta como estão seus espíritos. "Altos!" diz uma voz, enquanto um colega masculino lis

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 mais de 26.000 pessoas

Acadêmicos da Imperial College London lideraram um estudo 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 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 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: jandlglass.org

Assunto: super cote zebet

Palavras-chave: **super cote zebet - jandlglass.org**

Data de lançamento de: 2024-12-12