

CURIOSO
POR
NATUREZA

Quanto tempo a comida pode ficar fora da geladeira?

R: A comida não deve ficar mais de 2 horas fora da geladeira. Mais de 45% dos alimentos se contaminam dentro de casa, ao tocar com mãos sujas ou guardando de forma errada.

Quantos litros de água uma pessoa deve beber por dia?

R: Cerca de 2 litros. Isso pode variar de pessoa para pessoa, com a idade, a quantidade de exercício que ela pratica, e com o clima.

A quantidade de ossos do corpo humano muda com a idade?

R: Sim! Nascemos com aproximadamente 300 ossos, e, quando adultos, isso cai para cerca de 206 ossos.

Se esticarmos em linha reta todos os vasos sanguíneos do corpo humano eles poderiam dar alguma volta na terra?

R: Eles dariam 2 voltas na terra! esticando todos os vasos sanguíneos daria cerca de 100mil quilômetros de comprimento, ou seja, duas voltas ao redor da terra.

Qual o papel da saliva na nossa saúde?

R: A saliva ajuda a manter a boca limpa, começa a digestão, protege contra germes e ajuda a combater infecções.

Que porcentagem de água tem no corpo humano?

R: Cerca de 70%. A água no corpo ajuda a transportar nutrientes, equilibrar nossa temperatura, mantém os tecidos lubrificados, evita cansaço. Não existiria vida se não houvesse água no corpo humano!

Qual é o menor osso do corpo humano?

R: O estribo. Ele fica no ouvido e pode variar entre 4 a 7mm.

Para que serve o menor osso do corpo humano?

R: O menor osso do corpo humano é o estribo, que fica no ouvido e é responsável por ouvirmos bem e conseguirmos identificar diferentes sons.

Qual é o tamanho do nosso intestino delgado se ele for esticado em linha reta?

R: O intestino delgado humano esticado tem cerca de 7 metros de comprimento. É ele que garante que absorvamos os nutrientes que nosso corpo precisa.

O riso ajuda na saúde?

R: Sim! Rir com frequência pode fortalecer o sistema imunológico e reduzir o estresse que sentimos.

Como uma noite bem dormida ajuda na saúde?

R: Dormir bem ajuda a melhorar nossa memória, humor e sistema cardiovascular (que é o responsável por transportar o sangue por todo o corpo, levando oxigênio e nutrientes para as células e removendo resíduos).

Por que praticar atividade física pode melhorar o nosso humor?

R: Porque libera no nosso corpo endorfina, uma substância responsável por nos fazer sentir bem, também conhecida como hormônio da felicidade.

A poluição do ar pode causar problemas respiratórios?

R: Sim! Passar muito tempo todos os dias em lugares com ar muito poluído pode aumentar o risco de doenças respiratórias e pulmonares.

Por que o contato com o meio ambiente e os espaços verdes melhora a nossa saúde mental?

R: Porque ajuda a diminuir o estresse e aumenta a nossa saúde emocional.

Um ambiente de trabalho ruim pode prejudicar a saúde?

R: Sim! Um ambiente de trabalho ruim pode causar estresse, hipertensão, ansiedade e depressão.

Se todo o ferro do corpo humano fosse transformado em um prego, qual seria o tamanho dele?

R: O corpo humano tem ferro suficiente para fazer um prego de 7 cm de comprimento.

Qual é a velocidade padrão de um espirro?

R: Os espirros normais passam de 24 km/h!

Qual é a velocidade padrão de uma tosse?

R: A velocidade da tosse varia de 50 a 60 km/h.

Qual é a porcentagem de água que existe no nosso cérebro?

R: Cerca de 80% do cérebro humano é composto por água.

Quantas piscinas é possível encher com toda a saliva que uma pessoa produz durante sua vida?

R: Cerca de 2 piscinas de 6.500 litros!

Quem tem hipertensão pode praticar exercícios físicos?

R: Sim! O exercício físico ajuda a diminuir a pressão arterial, sendo muito bom para as pessoas que sofrem dessa doença.

Qual é o maior sistema de saúde pública do mundo?

R: O nosso SUS! Que é direito de todos e dever do Estado.

Quantas colheres de açúcar tem em uma lata de refrigerante?

R: Cada latinha de refrigerante tem sete colheres de chá de açúcar.

Qual é a temperatura normal do corpo humano?

R: Cerca de 37º. C.

Como se recomenda guardar os alimentos em caso de enchente?

R: Guardar os alimentos em lugares altos é o melhor a se fazer quando tem enchente, porque evita o alcance de outros animais e o contato com a água e lama contaminadas.

Qual é a maior glândula do corpo humano?

R: O fígado. Ele é responsável por produzir enzimas digestivas, armazenar nutrientes e filtrar toxinas do sangue.

O que acontece com o nosso corpo quando ele está desidratado?

R: Nos sentimos fracos e cansados, nossa pele fica escamosa, a temperatura do corpo aumenta e os rins têm que trabalhar mais que o normal para filtrar o sangue. Água é essencial para uma boa saúde.

Para que serve o espirro?

R: Para empurrar o ar para fora e expelir sujeira e micro-organismos do nariz.

Quem é o verdadeiro pulmão do mundo?

R: O fitoplâncton. Esse é um organismo que faz fotossíntese e se encontra nas águas, produzindo de 50 a 80% do oxigênio da terra.

Quantos cheiros diferentes podemos sentir com o nosso nariz?

R: O nosso nariz pode detectar 1 trilhão de cheiros diferentes!

Tem problema lavar a carne antes de cozinhar?

R: Lavar carnes antes de cozinhar espalha bactérias pela cozinha com os respingos de água, e aumenta o risco de intoxicação alimentar.

Vela de citronela repele o mosquito da dengue?

R: Não! A quantidade de citronela que tem na vela é muito baixa; serve só para dar o cheiro e não como repelente.

Citronela é repelente?

R: O óleo essencial de citronela é repelente, por isso ele é usado em vários produtos que tem a função repelente.

Por que soluçamos?

R: O soluço é uma contração involuntária do corpo. Ao recebermos alguns estímulos, como frio, ou comida demais, os nervos que ajudam no controle da respiração indicam que algo está atrapalhando o funcionamento normal.

Dar susto para acabar com o soluço de alguém resolve?

R: Sim! O susto ajuda a aumentar a adrenalina, que faz com que os nervos que acionam o soluço voltem ao normal.

Por que muitas pessoas guardam o pão fresco no saco de papel e dentro da sacola de plástico?

R: Quando colocamos o pão no saco de papel dentro da sacola de plástico diminuímos a perda de água do alimento, mantendo-o fofinho e fresco, sem deixar acumular água na sua superfície.

Tomar engov antes de beber álcool ajuda a não ter ressaca?

R: Não! você corre um grande risco de ter envenenamento por álcool, já que o vomito é uma reação do corpo para se livrar de uma intoxicação, e o remédio impede o vomito.

Beber água junto com bebida alcoólica ajuda a prevenir a ressaca?

R: Sim! Beber água intercalando com as bebidas alcoólicas ajuda a controlar os sintomas da ressaca, porque mantém o corpo hidratado.

Dormir pouco pode fazer você comer mais?

R: Sim! A falta de sono aumenta os níveis do hormônio que estimula o apetite e diminui o do hormônio que promove a saciedade.

De quanto em quanto tempo a nossa pele é inteiramente renovada?

R: Em média, a cada 28 dias todas as células mortas da nossa pele são renovadas.

O nosso coração poderia movimentar um carro?

R: Sim! Se todo o esforço do coração fosse convertido em energia mecânica, ele poderia mover um carro por até 32 quilômetros em um dia.

Comer chocolate pode fazer bem à saúde?

R: Depende muito! Comer moderadamente chocolate com mais de 70% de cacau ajuda a diminuir a pressão arterial e melhorar a circulação do sangue, por causa dos seus compostos antioxidantes.

Andar descalço faz bem à saúde?

R: Sim! Andar descalço na areia ou na grama pode melhorar o equilíbrio, fortalecer os músculos dos pés e diminuir o estresse.

Qual é a barreira de corais que se pode ver do espaço?

R: A barreira de corais da costa australiana. Ela é a maior estrutura isolada formada por organismos vivos.

Que quantidade de água compõe a superfície do nosso planeta?

R: Mais de 70% da superfície do nosso planeta é composta por água.

Que porcentagem de água doce tem nosso planeta?

R: Cerca de 2,2%. E uma porcentagem bem menor ainda é a que está disponível para consumo.

É possível morrer por causa do contato com água contaminada?

R: Sim! Cerca de 3,4 milhões de pessoas morrem por ano por problemas causados por água contaminada!

Quando se celebra o Dia Mundial do Meio Ambiente?

R: 05 de maio. Desde 1972, a ONU estabeleceu essa data para chamar atenção para a importância da preservação.

Qual é o maior responsável pela poluição no Brasil?

R: O setor agropecuário, por causa dos gases emitidos na pecuária (metano e amônia) e a queima de resto da produção.

Seria possível viver sem plantas no nosso planeta?

R: Não! As plantas fazem fotossíntese, retirando da atmosfera o dióxido de carbono e produzindo o oxigênio que respiramos.

Por que as abelhas são importantes para a produção de alimento?

R: Por serem animais polinizadores, as abelhas são responsáveis por cerca de 84% da nossa cultura alimentar.

Quantas espécies de abelhas nativas existem no Brasil?

R: Mais de 300 espécies de abelhas nativas.

Quais são os cinco biomas brasileiros?

R: Pantanal, Mata Atlântica, Cerrado, Caatinga, Amazônia.

O Deserto do Saara e a Floresta Amazônica têm algo em comum?

R: Sim! Os ventos do Saara carregam a poeira do deserto, atravessando o oceano atlântico e ajudando a fertilizar a bacia amazônica, rica em diversidade.

Quanto o Brasil gasta, em média, para cuidar de uma pessoa que sofre de problemas causados pelo cigarro?

R: Em média, gasta-se cerca de 361 mil reais por pessoa que acaba falecendo por doenças relacionadas ao cigarro.

Quantos litros de solvente podem contaminar cerca de 60 milhões de litros de água subterrânea?

R: Apenas 3 litros de solvente podem gerar toda essa quantidade de contaminação em águas subterrâneas!

Qual é a quantidade média que um carro produz de dióxido de carbono por ano?

R: Um carro produz, em média, 4 vezes o seu peso em dióxido de carbono por ano!

Qual é o nome da abelha brasileira considerada uma das menores do mundo?

R: Seu nome popular é Abelha Lambe-Olhos, porque ela retira os sais minerais que precisa das lágrimas dos animais.

Rir pode ser considerado um exercício físico?

R: Depende muito! Além de liberar o hormônio da felicidade - a endorfina - o riso melhora a circulação sanguínea, fortalece o sistema imunológico e pode até queimar calorias, se ele for prolongado!

Onde foi construída a primeira estação de tratamento de água do mundo?

R: Em Londres, em 1829, para filtrar a água do rio Tâmisa.

Em qual região brasileira está concentrada a maior quantidade de água doce do país?

R: Na Região Norte. Seus rios e fontes concentram 68,5% da água doce do nosso país.

Quantos graus a mais são registrados nas cidades, em comparação com o campo e lugares com bosques?

R: Até 3 graus a mais são registrados em cidades com muito concreto.

O que os macacos têm a ver com a Febre Amarela?

R: Os macacos não transmitem a febre amarela, eles são hospedeiros da doença igual aos humanos, e são considerados sentinelas, pois se um macaco aparecer com febre amarela significa que o vírus está circulando por aquela região.

Os casos de febre amarela urbana no brasil acabaram?

R: Em 1942, foi registrado o último caso de febre amarela urbana no Brasil. Os casos da doença confirmados no país desde então são considerados casos do ciclo silvestre de transmissão.

Qual é a distância que o espirro de uma pessoa doente pode espalhar o vírus?

R: Um único espirro de uma pessoa gripada pode espalhar o vírus em até seis metros de distância!

Quanto tempo depois de criada a primeira vacina (contra a varíola), a vacina chegou ao Brasil?

R: Demorou 8 anos para a vacina chegar no Brasil, trazida pelo Marquês de Barbacena, em 1804.

O que foi a Revolta da Vacina, que aconteceu em 1904?

R: Para melhorar o saneamento básico e reduzir o número de doenças no Rio de Janeiro, o médico e sanitário Oswaldo Cruz adotou medidas como a vacinação obrigatória. Por falta de informações sobre a eficácia e segurança das vacinas, isto levou a protestos da população e confrontos com as forças da polícia e exército, causando mortos, feridos e presos.

De onde vem a palavra “vacina”?

R: De “vaca”. Em 1796, o médico inglês Edward Jenner percebeu que camponeses que tinham contato com o pus de lesões presentes em vacas com a doença varíola animal, pegavam a doença de forma leve, tornando-se imunes à varíola, sendo esse o início da primeira vacina e a origem do nome que recebeu.

O que é pasteurização?

R: A pasteurização é um método desenvolvido por Louis Pasteur para eliminar microrganismos prejudiciais à saúde, usando o aquecimento de alimentos em uma temperatura controlada.

Cavalos ajudam na produção de soro para humanos?

R: Desde 1901, cavalos vem sendo usados no processo de produção do soro contra doença ou veneno.

Quando foram criados o primeiro calendário vacinal e o cartão de vacinas no Brasil?

R: Em 1977, foram instituídos no Brasil o primeiro Calendário Básico e o Cartão de Vacinas que indica as vacinas obrigatórias para menores de um ano de idade.

Como surgiu o nome “Chikungunya”?

R: Chikungunya significa “aqueles que se contorcem” ou “aqueles que se dobram” na língua Makonde, do sudeste da Tanzânia, onde o vírus foi visto pela primeira vez, em 1950. Pela dor intensa nas articulações causada pela infecção, a pessoa infectada acaba se encurvando, o que deu origem ao nome da doença.

Como surgiu a Fiocruz?

R: Em 25 de maio de 1900, foi criado o Instituto Soroterápico Federal, que depois passou a se chamar Fundação Oswaldo Cruz – Fiocruz, no Rio de Janeiro, originalmente criado para fabricar soros e vacinas contra a peste bubônica.

É certo tomar remédio efervescente quando ainda está borbulhando?

R: Para que o remédio funcione corretamente devemos esperar ele parar de borbulhar primeiro para depois tomar.

Quantas doses da vacina de HPV são indicadas para crianças e adolescentes?

R: Para crianças e adolescente entre 9 e 14 anos a vacina é de dose única. Já para pessoas com baixa imunidade ou vítimas de violência sexual, recomenda-se mais de uma dose.

Por que existe o SUS?

R: A Constituição Federal de 1988, no Brasil, coloca a saúde como dever do Estado e direito de todos. O SUS foi criado para garantir esse direito universal à saúde.

Por quantos dias a criança com catapora deve ficar afastada da escola?

R: Depois do aparecimento das manchas vermelhas no corpo, a criança deve ficar afastada da escola por 7 dias, porque durante esse período pode transmitir o vírus. Quando todas as feridas tenham criado casca, a criança pode retornar à escola.

Quantas vacinas são disponibilizadas gratuitamente pelo SUS?

R: O SUS oferece 20 vacinas previstas em seu calendário vacinal, para crianças, adolescentes, adultos, idosos e indígenas.

As Unidades Básicas de Saúde (UBS) oferecem atendimento e vacina de graça para toda a população brasileira e não brasileira?

R: Existem UBS ou médico da família por todo o país para prestar atendimento gratuito. São eles que fazem os primeiros atendimentos e encaminham para especialistas ou hospitais. Tem mais de 38 mil salas de vacinação gratuita pelo país, oferecendo as vacinas da Carteira de Vacinação, soros e outros medicamentos.

Por que a barriga ronca quando estamos com fome?

R: O barulho de ronco feito pela barriga é um sinal de que o estômago está se preparando para receber o alimento. O ronco da barriga acontece quando o líquido digestivo e o ar presentes no estômago são chacoalhados.



APÓIO:



UNIAO E RECONSTRUCAO

SAÚDE



REALIZAÇÃO:

CURIOSO
POR
NATUREZA

