

“南方小土豆”不服 南北方身高差真就这么大？

数据显示:东三省平均身高稳居全国前五

锦追热点

这个冬天,“尔滨”以及“南方小土豆”在网上掀起了一波又一波话题。2024年开年,南北方的“双向奔赴”让哈尔滨挤满了南方游客,“南方小土豆”拥有了自己的词条,同时也让“身高”这一话题在全国范围内引起了关注。对于“小土豆”这个词语,很多南方人表示“不服”,质疑南北方的身高差距真有这么大吗? 14日,记者对此进行了相关调查,据相关数据显示,北方人的身高确实会比南方人高出不少,除了基因以外,南北方气候环境和生活习惯等差异都对身高有影响。

身高主要靠遗传 生活环境与饮食习惯也有影响

据《2019年中国学生体质与健康调研报告》显示,全国各省份平均身高排名,东三省稳居前五,云贵川位于末尾。黑龙江作为全国最高的省份,男性平均身高178.17厘米,四川排名倒数第四,男性平均身高171.49厘米。

数据证明北方人身高确实偏高,所以南方人到底“输”在哪? 成都市妇女儿童中心医院儿童遗传与内分泌代谢科主治医师杜思泓表示,身高主要依靠遗传,此外,南北生活环境、饮食习惯上的差异与“身高差”也有关系。

有研究显示,随着地理纬度的升高和地区太阳总辐射量的增大,身高呈现逐渐增高趋势;随着降雨量和湿度的增大,群体的身高水平呈现降低趋势。这

很符合南北方的气候特征。

杜思泓说,北方人的饮食中,肉类、奶制品等动物蛋白的比例较高,饭量较大,而南方人的饮食中,大米、豆制品等植物蛋白的比例较高,食量也较小,这也是造成南北方人身高差异的一个原因。

后天努力身高“逆袭” 运动、营养、睡眠都得跟上

环境和基因都不占优势,“南方小土豆”就注定长不高吗? 据杜思泓介绍,对身高而言,基因虽然很重要,但后天也不是没有办法,想要长高,还有以下几点“秘诀”。

首先要做到营养均衡,要有合理的饮食结构和食物搭配,使各种营养素的摄入量达到适宜水平。但保证营养的同时也不能太胖,不然会导致骨骼提前,影

响身高发育。

其次是要坚持户外运动,强调户外的目的在于多晒太阳,补充维生素D,促进骨骼发育,而运动能够刺激生长激素分泌,每个星期最好有3到4次,每次半个小时以上。但运动一定要记得循序渐进,如果强度太大,反而可能会对身体造成伤害。

此外,晚上睡觉的时候是生长激素分泌的高峰,建议孩子在晚上9点之前入睡,不仅是早睡,还需要达到深度睡眠。晚上睡前不要喝太多水,避免起夜把睡眠打断。“一些家长把娃娃的身高看得太重要,对娃娃的身高抱有太高期望,娃娃心理压力太大,可能也会对身高造成影响。因此家长要注意调节心态,如果实在担心,可以把娃娃带到医院做个测评,让自己放心。”杜思泓说。

成都日报锦观新闻记者 胡瑰玮 图据网络

2019年各地汉族城市男性、女性平均身高(19—22岁)单位:cm		
省份	男	女
黑龙江	178.17	166.23
山东	176.38	164.45
辽宁	176.72	163.48
北京	176.26	163.87
吉林	176.24	163.44
天津	176.33	163.21
河北	175.51	163.1
新疆	175.07	163.43
青海	176	162.27
江苏	175.48	162.32
内蒙古	175.32	162.07
陕西	174.73	162.41
宁夏	175.27	161.51
安徽	174	162.35
湖北	174.17	161.8
湖南	173.72	161.47
浙江	173.84	161.33
山西	173.59	161.51
甘肃	173.79	161.23
河南	173.44	160.63
上海	173.55	160.12
福建	172.48	159.72
广东	172.3	159.39
重庆	172.01	159.62
江西	171.91	159.7
海南	171.4	159.52
四川	171.49	158.76
云南	170.87	159.03
广西	170.06	158.41
贵州	169.92	157.26

《2019年中国学生体质与健康调研报告》身高数据

2023年火遍网络,本报记者探秘“顶流”水豚的日常生活 “稳重”的家伙:情绪稳定 最重70公斤

情绪稳定、“佛系”、动物界的“交际花”……头顶这些“顶流”标签,有一种动物在2023年火遍互联网,与之相关的表情包、短视频、周边产品受到无数年轻人追捧,它就是“卡皮巴拉”——水豚。

“卡皮巴拉”是水豚的英文名字“Capybara”的谐音。它总是一副从容不迫、情绪稳定的样子,为许多年轻人提供了处理生活压力等现实难题的灵感。并且,水豚在动物界的朋友众多,鸛鹈、乌龟、鸭子甚至鳄鱼……

近日,成都动物园举办“探秘‘卡皮巴拉’生活”亲子活动,记者在现场看到,大家不仅见到了三只初来乍到的水豚,还在一同为水豚制作惊喜小礼物的过程中,了解它们“佛系”背后的日常。

邻里和谐 动物界“交际花”名副其实

上周末,在成都动物园的儿童动物园区,大家看到了三只入园不到一年的新“住客”。它们总被游客误认为是“大老鼠”,有着大大宽宽的头,小小的眼睛和耳朵,性格也的确如网友所说:情绪稳定,“佛系”、与邻为善。

水豚姐姐和嘟嘟正在外场晒“日光浴”。它们一前一后趴在地上,半眯着眼睛,平静而惬意地享受着冬日暖阳。而在它们一旁的“邻居”——黑尾土拨鼠,一会儿左顾右盼,一会儿掏洞玩耍,与相邻的水豚一动一静,邻里和谐。

另一边的室内,还有一只体型更大的水豚正在小憩。它的前爪枕着下巴,小脑袋歪向一侧,身前还摆放着装有剩余食物的餐盘,



正在晒“日光浴”的水豚

似乎已饱餐一顿的它应该不会做“饿”梦了。据饲养员许彦介绍,这只比较“宅”的水豚名叫吨吨,性格更为敏感,因此特意安排了一只苏卡达陆龟与它作伴。

没有天敌 最重可达70多公斤

那么,水豚情绪稳定的“秘诀”是什么呢? 许彦表示,水豚的生存压力较小,几乎没有天敌。“水豚原产地在南美洲,那里几乎没有大型哺乳动物。虽然小水豚可能会被美洲狮、美洲豹盯上,但体型较大的水豚最重可达70多公斤,基本很难被捕食,即便遇上危险,水豚也可以通过迅速跳入水中躲避捕猎。”

另外,作为群居动物,水豚在野外大概10到30只为一个种群,社会化程度较高。生活在食物链的“舒适圈”中,水豚的精神状态

也就格外稳定。

而水豚身边总有许多动物朋友,则是因为它包容的性格特点与富有营养价值的粪便。许彦解释道,水豚是食草动物,其粪便营养丰富,“并且由于水豚自身的发酵,这些营养也容易被其他的小动物吸收。”

同时,作为食草动物,水豚对许多动物没有威胁,包容性较高,还具备社群的“放哨”功能。因此,水豚的周围总会聚集很多同样食草的小型动物。

亲子合作 为水豚制作丰富小礼物

在“探秘‘卡皮巴拉’生活”亲子活动的现场,家长与孩子们首先分成4个小组,将竹子、黑麦草、苹果、玉米等食物,制作成丰富小礼物为水豚改善伙食。每个小组的成

员分工协作,家长将竹子用麻绳固定,搭成竹架;小朋友把切成小块的苹果、玉米穿成串,再插上竹架;最后,用黑麦草装饰,小礼物就制作完成了。

工作人员表示,水豚是完全的“素食主义者”,爱吃黑麦草、苹果、玉米等,“所以这次活动我们特意准备了水豚爱吃的食材制作丰富礼物,还能够增加它们的进食乐趣。”

在活动中,大家也了解到水豚的日常生活——冬天“日光浴”、夏天“泡澡”。据介绍,冬天的时候,水豚喜欢待在温暖的地方,为此,园区为水豚的内室安装了地暖。阳光明媚时,它们便会趴在室外晒太阳。等到了夏天,水豚就喜欢泡在水里。“因为它们的皮肤没有汗腺,为了防止夏天的时候被晒伤,进行热消化,避免中暑,防止蚊虫叮咬,它们就必须耍泡在水里面。”工作人员表示。

成都日报锦观新闻记者 朱馨月 文/图

最高气温降至7℃ 成都冬日湿冷即将返场

从冬至开始,“数九寒天”拉开帷幕。明明是一年中寒冷天气的象征,这一个冬天,我们却有不一样的感受——从1月6日开始,成都的平均最高气温一直在14℃以上,9日16时冲上18.4℃,为新一年的最高气温!

暖了这么久,懈怠的冷空气终于要发力了! 成都市气象台预计,今日开始,未来三天持续阴天,中西部不时有分散小雨或零星小雨洒落,日最高气温由前期15℃降至17日的11℃,日最低气温在8℃左右。另外,1月28日前后还有一次降温天气过程,最高温将降到仅7℃,最低温则在2℃—3℃徘徊。在冷空气与雨水的双重打压下,熟悉的湿冷即将回归。

回首2023年的阴晴冷暖

回首2023年,夏来早冬迟到,这一年的阴晴冷暖,哪个瞬间让你印象深刻? 14日,市气象台高级工程师成青燕为我们盘点了去年成都十大天气气候事件。

1月降水异常偏少 2023年1月,成都平均降水量仅1毫米,为1965年以来同期最少。除都江堰、崇州、蒲江、邛崃和大邑外,大部分国家站点月累计降水量不足1mm,新津甚至无降水。

近14年以来最早春雷 2023年3月9日晚,成都出现第一声春雷,是2010年以后出现最早的雷声。春雷响,万物长,一声春雷似报春的喇叭,惊醒蛰伏冬眠的动物,唤醒沉睡已久的春天。

“3·11”出现极端大风 2023年3月11日晚,成都大部地方出现阵性大风,最大风速达到24.8m/s(10级)。10级风是什么概念? 一般把风力大小分为13个等级,最小是0级,最大为12级,10级风被称为“狂风”,在陆地地面上可以“拔起树木”。

4月初气温异常偏高破极值 2023年4月17日,成都最高气温平均达到33.8℃,较常年同期偏高近10℃。除蒲江外,全市13个国家站均打破历史同期极值记录,其中简阳和彭州打破4月历史极值记录。

区域性暴雨姗姗来迟 2023年5月开始,成都雨水稀少,各地陆续出现气象干旱,夏旱范围广,持续时间长。7月12日第一场区域性暴雨终于报到,温江、郫都24小时降雨量,突破历史同期极值,干旱得到有效缓解。

7月高温日数历史第二 2023年7月,成都平均高温日数为8.2天,较常年同期偏多6.6天,最多为简阳17天,其次为龙泉驿11天。仅次于2022年,为历史同期第2多,火辣辣的艳阳天让人记忆深刻。

7月27日彩虹流云如梦似幻 2023年7月27日傍晚,随着持续强降雨的渐渐停歇,落日余晖下,成都上空云雾弥漫,云海流动,天边出现一道耀眼的彩虹,画面如梦似幻。

9月中旬区域性暴雨历史少见 2023年9月连阴雨天气突出,9月10日、11日,连续两天出现区域性暴雨,期间降雨量占当月降雨总量的60%。

秋季气温历史最高 2023年秋季,成都平均气温18.1℃,与1998年并列为有气象记录以来历史同期最高,部分时段直接热到穿短袖。

12月降水历史最少 2023年12月,成都平均降雨量0.1mm,其中温江、龙泉驿、彭州和大邑全月累计降水不足1mm,其余各地整月无降雨。

2024年度气候趋势预测

预计2023年12月到2024年11月,成都平均气温为17.4℃,较常年平均(16.7℃)偏高0.7℃,冬季气温总体偏高,降水偏少,春季冷空气影响偏弱,夏季气温接近常年同期,降水偏多,秋季气温偏高,降水偏多。

成都日报锦观新闻记者 王静宇

新津区： 精准高效监督 开展招投标领域专项治理

本报讯（成都日报锦观新闻记者 李娟）近日,新津区纪委监委监督专班人员深入区建设和交通运输局,跟进监督工程招标投标领域专项治理情况。

在专项治理启动前期,该区纪委监委主动排查信访举报、网络理政、政务热线等平台问题反映情况,从中梳理出与工程招标投标领域相关的共性问题、突出问题68个,形成问题和风险预警清单,点对点反馈给区发改局、区公园城市局、区水务局等行业监管部门,推动其针对性、个性化制定专项治理工作方案。

为实现靶向发力、精准高效监督,该区纪委监委组建“室组”协同监督专班,牵头纪检监察室紧紧围绕专项治理部署要求,“条目式”梳理出部门监管责任落实、招标投标制度规则清理、组织专项检查等13个方面监督内容,指导6个派驻纪检监察组对驻在行业部门治理工作实施跟进式、嵌入式监督。相关派驻纪检监察组对照“任务书”,采取列席会议、查阅资料、个别访谈、实地督查等方式,同步借助该区“项目通”全生命周期智慧管理平台预警功能,深挖插手干预招标投标的违规违纪行为以及推进治理中存在的形式主义、官僚主义问题。

郫都区政法机关： 坚持刀刃向内 加强纪律作风巡查

本报讯（成都日报锦观新闻记者 杜文婷）郫都区坚持把政治督察、纪律作风巡查、执法司法督察作为抓手,进一步加强政法队伍纪律作风建设和党风廉政建设,不断提升执法司法公信力,促进全区政法机关和广大政法干警依法履行职责,改进工作作风。

强化工作联动是郫都区纪委监委和政法委加强对政法系统督察巡察的一贯做法。在监督巡察方案制定上深度“合作”,纪委监委围绕群众反映强烈、影响执法司法公正的“可视”“有感”腐败和作风问题,列举问题20余个,梳理岗位廉政风险点500余处,政法委照单全收,全部纳入《成都市郫都区政法系统2023年政治督察、纪律作风巡查、执法司法督察工作方案》中,深入开展巡查督查。政法委对督察巡察中发现的6个苗头性、倾向性问题在抓好反馈整改的同时,抄送纪委监委列入廉政风险隐患清单,形成良性循环。纪委监委和政法委同向发力,党风廉政建设和反腐败越织越密。