

Espalhe Boas Notícias

publicoA

por Rodrigo Kawasaki



www.publicoa.com.br

| ANO 18 | EDIÇÃO 85 | FORTALEZA/CE | SETEMBRO 2025 |

Foto: pixabay

**Um tipo de fibra pode ter
benefícios para perda de
peso semelhantes ao Ozempic**



**SEU DIA VAI FICAR
AINDA MAIS DULCE
COM O CAPPUCCINO
HAVANNA TRES.**



AGORA TEM **PELOTÃO** **DA GUARDA** EM TODAS AS REGIONAIS.

A Prefeitura de Fortaleza intensifica a segurança nas ruas com mais presença, tecnologia e proximidade. Com o Pacto pela Segurança Cidadã, pelotões atuam em todas as regionais com novas equipes, equipamentos e bases móveis. **Mais proteção, mais cuidado, mais perto de você.**



FORTALEZA
PREFEITURA
SEGURANÇA
CIDADÃ

EDITORIAL

Nossa edição deste mês da PublicoA
traz na capa matéria sobre:
Um tipo de fibra pode ter benefícios para
perda de peso semelhantes ao Ozempic.
**Aprecie e compartilhe sem moderação
com seus amigos e grupos pelo Whatsapp!**



RODRIGO KAWASAKI

@rodrigokawasakioficial



Noélia

DOCES E SALGADOS

FAÇA AQUI SUA ENCOMENDA

EXPEDIENTE

A Revista PublicoA é uma publicação
da Kawasaki Propaganda

Rodrigo Kawasaki (editor-chefe)

Bidu Kawasaki (diretor/jornalista MTB0096)

Rodolfo Kawasaki (diretor comercial)

Joana Pontes (edição/revisão)

Vitor Dantas (artes/design)

Agência Brasil (colaboração)

TIRAGEM

Cerca de **100 mil exemplares** digitais mensais
compartilhados pelo WhatsApp e acesso
no portal de notícias www.publicoa.com.br

Qual o seu sabor de Jungle favorito?



SUMÁRIO

12	Rodrigo Kawasaki
20	Um tipo de fibra pode ter benefícios para perda de peso semelhantes ao Ozempic
26	Bidu Kawasaki

FALE COM A GENTE

www.publicoa.com.br

@publicoa

rodrigokawasaki@hotmail.com

tres



CAPPUCCINO AVELÃ

Imagem ilustrativa



TEM 10
CAPSULAS DE 11 g

EXCLUSIVO
SOLUÇÃO





RODRIGO KAWASAKI

@rodrigokawasakioficial



Festivais Costume Saudável e Costume Gourmet em Fortaleza

O estacionamento do RioMar Fortaleza recebeu mais uma edição dos Festivais Costume Saudável e Costume Gourmet, que voltou a ocorrer juntos pelo segundo ano consecutivo como um dos maiores eventos nacionais voltados a hábitos saudáveis e gastronomia. Um sucesso!



Foto: getty images

Um especialista revela o que acontece se você comer muita proteína

O excesso de proteína não é simplesmente excretado do corpo pela urina ou pelas fezes. Ela permanece no corpo e tem vários efeitos.

Proteína é uma fonte de energia, então comer mais proteína significa ingerir mais energia .

Quando consumimos mais energia do que precisamos, nosso corpo converte o excesso em tecido adiposo para armazenamento. Existem algumas condições de saúde em que o consumo excessivo de proteínas deve ser evitado.

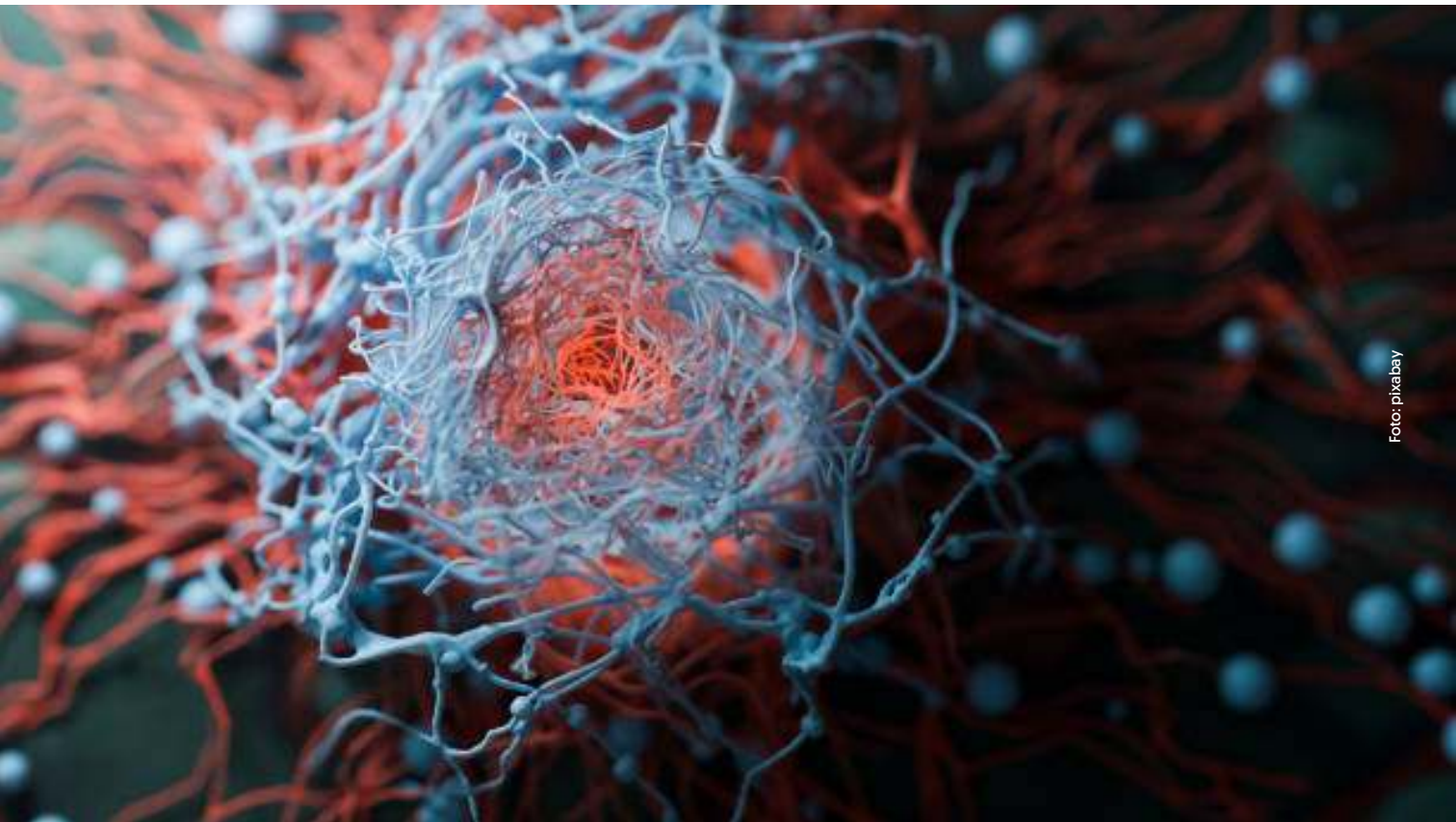


Foto: pixabay

Brasil terá medicamento genérico para tratamento de tipo de câncer

O Brasil é o primeiro país do mundo a disponibilizar um medicamento genérico com a molécula indicada para o tratamento do mieloma múltiplo, um tipo de câncer hematológico raro que compromete as células da medula óssea responsáveis pela produção de anticorpos. No mieloma múltiplo, células plasmáticas cancerosas se multiplicam de forma descontrolada, produzindo proteínas anormais que podem comprometer os rins, ossos e o sistema imunológico. Trata-se de uma condição que exige tratamentos contínuos e especializados.



Reis Mesquita

ODONTOLOGIA

SOLUÇÕES EM SAÚDE E ESTÉTICA

**Odontologia
Especializada**

**Pioneiro
em Invisalign**

**Rejuvenescimento
e Estética Facial**

Implantes Dentários

Estética do Sorriso



AGENDE AQUI SUA CONSULTA



Unimed Fortaleza conquista crescimento no Top of Mind e reforça liderança no setor de saúde

A Unimed Fortaleza se destacou novamente no ranking Top of Mind Datafolha 2025, consolidando sua presença na memória dos consumidores e reforçando sua posição como referência em saúde no Ceará. A cooperativa registrou um crescimento expressivo em relação ao ano anterior nas duas categorias avaliadas, conquistando o primeiro lugar entre a classe AB.



Pep19 mostra potencial contra obesidade em estudo clínico

Um estudo realizado por pesquisadores do Centro de Pesquisa Biomédica Pennington (Estados Unidos), da empresa Proteimax Biotechnology (Israel) e do Instituto de Ciências Biomédicas da Universidade de São Paulo (ICB-USP) indicou que o peptídeo sintético Pep19 pode auxiliar no combate à obesidade. Os resultados mostraram redução da gordura visceral e melhora na qualidade do sono de adultos obesos, sem o aparecimento de efeitos adversos.



Foto: divulgação

Nova tecnologia permite regenerar cartilagem e pode mudar tratamentos ortopédicos

Por décadas, a medicina repetiu um mantra: a cartilagem não se regenera. Essa ideia sustentou protocolos e tratamentos paliativos que buscavam apenas aliviar sintomas, como infiltrações recorrentes. Agora, uma inovação chega para desafiar esse paradigma: o CaReS-1S, implante biológico em hidrogel 3D capaz de estimular a regeneração da cartilagem hialina — o tipo mais nobre e funcional do corpo, encontrado em articulações como joelho, patela e tornozelo.



Estética Bucal
Ortodontia e Ortopedia
Funcional dos Maxilares
Oclusão e ATM
Cirurgia Oral Menor

MARQUE AQUI SUA CONSULTA

A photograph of a wooden bowl filled with oatmeal, topped with blueberries, raspberries, and almonds. The bowl sits on a wooden cutting board. In the background, a glass of milk is visible, and some oatmeal and fruit are scattered on the surface.

**Um tipo de fibra pode ter
benefícios para perda de
peso semelhantes ao Ozempic**

A pesquisa sobre os micróbios que vivem em nosso trato digestivo desencadeou uma ” revolução ” na ciência nutricional.

Nos últimos anos, a fibra alimentar se tornou a ” nova proteína “, adicionada aos alimentos em abundância para alimentar o microbioma do nosso intestino e melhorar nossa saúde.

No entanto, um estudo com ratos publicado em 2024 sugere que nem todos os suplementos de fibras são igualmente benéficos.

Uma forma facilmente encontrada na aveia e na cevada, chamada beta-glucana , pode controlar o açúcar no sangue e auxiliar na perda de peso em camundongos alimentados com uma dieta rica em gordura.

Pesquisadores da Universidade do Arizona (UA) e da Universidade de Viena descobriram que o produto reduziu o teor de gordura e o peso corporal de um camundongo em 18 semanas.

Outras fibras testadas, incluindo dextrina de trigo, pectina, amido resistente e celulose, não tiveram o mesmo efeito, apesar de alterarem significativamente a composição do microbioma do camundongo em comparação com camundongos que não receberam suplementos de fibras.

“Sabemos que as fibras são importantes e benéficas; o problema é que existem muitos tipos diferentes”, explicou o cientista biomédico Frank Duca, da UA, em julho do ano passado.

“Queríamos saber que tipo de fibra seria mais benéfica para a perda de peso e melhorias na homeostase da glicose para que possamos informar a comunidade, o consumidor e também informar a indústria agrícola.”

As fibras alimentares são a principal fonte de energia para as bactérias que vivem em nossos intestinos e, ainda assim, menos de 5% das pessoas nos EUA consomem os 25–30 gramas (0,9–1 onça) de fibras recomendados por dia.

Para compensar isso, suplementos de fibras e alimentos ricos em “fibras invisíveis” estão se tornando cada vez mais populares. Mas as fibras são extremamente diversas, então qual escolher?

Algumas fibras, como os betaglucanos da aveia e a dextrina do trigo, são solúveis em água, o que significa que são facilmente fermentadas pelas bactérias intestinais.

Outros, como a celulose e o amido resistente, são menos solúveis ou insolúveis, o que significa que aderem a outros materiais para formar fezes.

Até agora, escreve a cientista biomédica Elizabeth Howard da UA e seus colegas, “não há nenhum estudo que tenha investigado o papel de várias fibras em um grupo”.

Para compensar isso, o estudo atual testou diversas formas de fibra em uma coorte de camundongos.

Apenas o beta-glucano aumentou o número de *Ileibacterium* no intestino dos camundongos. Outros estudos em camundongos associaram essa bactéria à perda de peso.

De fato, muito antes do marcador de 10 semanas, camundongos alimentados com beta-glucano apresentaram redução no peso corporal e no teor de gordura corporal em comparação aos camundongos alimentados com outras formas de fibra.

As descobertas estão alinhadas com outro estudo recente de Duca, que alimentou roedores com farinha de cevada, rica em beta-glucana. Mesmo que os ratos continuassem consumindo a mesma quantidade de sua dieta rica em gordura que antes, seu gasto energético aumentou e eles perderam peso mesmo assim.

Um resultado semelhante foi observado em camundongos alimentados com beta-glucana no novo estudo.

era o que eu queria! *Coca-Cola*





NOSSOS FILMES NA PALMA DA SUA MÃO

**SIARÁ+. STREAMING DO CEARÁ
PRA TU ASSISTIR, SE VER E SE ORGULHAR.**

UMA INICIATIVA DO GOVERNO DO CEARÁ, POR MEIO DA
SECRETARIA DA CULTURA E DO CINETEATRO SÃO LUIZ,
EM PARCERIA COM O INSTITUTO DO DRAGÃO DO MAR.



CONFIRA AGORA EM
siaramais.cultura.ce.gov.br



SIARÁ+



CEARÁ
GOVERNO DO ESTADO
SECRETARIA DA CULTURA



FILME: MAIS PESADO É O CÉU |
DIR. PETRUS CARIRY, 2023

CHEGOU



CHOCOLATE QUENTE CREMOSO



CUIDAMOS DO SEU ESCRITÓRIO ENQUANTO VOCÊ CUIDA DO SEU NEGÓCIO!

Está incluso no aluguel de Salas Corporativas: Recepcionista, Energia elétrica, Internet, Limpeza, Segurança, Estacionamento, Móveis modernos, Água, Café e Manutenção.

SEDE FORTALEZA



E MUITO MAIS: **ENDEREÇO FISCAL**
COWORKING
SALAS DE REUNIÃO
AUDITÓRIOS

FORTALEZA

(85) 3289-6422

Rua Vicente Linhares, 500, Aldeota,
Edifício Office Plaza.

JUAZEIRO DO NORTE

(88) 3572-7703

Av. Leão Sampaio, 1300, Lagoa Seca.

SEDE JUAZEIRO



 **LOCUS**
escritório virtual



Parcerias sólidas e duradouras é com a **Marpe** **Contabilidade.**

Desde 1975, a Marpe Contabilidade presta serviços de qualidade e excelência que ajudam o seu negócio a crescer.



Bons processos e tecnologia são nossos pilares.

Contabilidade

Trabalhista

Previdenciário

Fiscal-Tributário

Societário / Legalização de Empresas

Consultoria Tributária

Controle patrimonial

Gestão financeira

Serviços de Recursos Humanos e

Departamento Pessoal

Recuperação de créditos

Certificação Digital

**Acreditamos que juntos podemos transformar
a realidade do seu negócio.**

Venha conhecer o nosso método de trabalho!



@marpecontabilidade



Espalhe Boas Notícias publicoA

por Rodrigo Kawasaki



publicoa



publicoafortaleza

