



www.publicoa.com.br

| ANO 19 | EDIÇÃO 94 | FORTALEZA/CE | JULHO 2026 |

Foto: magnific

**A relação entre a vitamina C
e a saúde cerebral
ficou ainda mais clara**



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

PASSE LIVRE ESTUDANTIL



**2 PASSAGENS
GRÁTIS POR DIA**
PARA CARTEIRINHAS
VÁLIDAS

**AGORA É
TODO DIA,
O ANO
TODO.**



FORTALEZA
PREFEITURA

EDITORIAL

Nossa edição deste mês da PublicoA
traz na capa matéria sobre:
A relação entre a vitamina C e a
saúde cerebral ficou ainda mais clara.
**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)

CFF/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 A relação entre a vitamina C e a
saúde cerebral ficou ainda mais clara.

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



McDia Feliz: Associação Peter Pan inicia venda de tíquetes

Durante os meses de julho e agosto, a Associação Peter Pan (APP) realiza a venda de tíquetes do McDias Feliz 2026 para viabilizar a construção de um centro de reabilitação multidisciplinar para crianças e adolescentes em tratamento contra o câncer. Os tíquetes podem ser adquiridos pelo telefone (85) 99994-8171, ou pelo site, por apenas R\$ 21 cada.



Jovens de 13 a 24 anos têm acesso gratuito a atendimento em saúde mental pela internet

Adolescentes e jovens de 13 a 24 anos podem receber gratuitamente atendimento em saúde mental por meio da plataforma “Pode Falar”. O serviço oferece escuta e atenção psicológica, com opção de atendimento anônimo.

A plataforma tem capacidade para realizar 11 mil atendimentos mensais, média de 15 acolhimentos por hora. Os atendimentos são realizados por estudantes de graduação e pós-graduação de diferentes áreas do cuidado, como psicologia, medicina e educação.



Foto: pixabay

Anvisa esclarece que alho não é antibiótico e não substitui o tratamento com medicamentos

Entre as muitas informações falsas relacionadas à saúde divulgadas nas redes sociais, uma delas envolve o uso de um conhecido tempero culinário e oferece bastante perigo. A crença de que o alho pode ser usado como antibiótico natural já conquistou muitas pessoas, mas representa um risco para a saúde.

Como muitas notícias falsas que circulam na internet, essa se baseia em informações parcialmente verdadeiras, já que algumas substâncias presentes no alho.



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

nativaSPA

limão &
patchouli

COM GOTAS
PURIFICADAS DE QUINOA

Limão e patchouli é força e decisão.
É um cheiro marcante que
conquista de forma natural.
É pele cheia de vida.

LOÇÃO HIDRATANTE
limão & patchouli moisturizing lotion

200ml / 6.7 fl oz

oBoticário

Nativa SPA mudou.

Sua fórmula agora
vem com gotas
purificadas de quinoa,
para uma hidratação
profunda na pele.

nativaSPA

açaí

COM GOTAS
PURIFICADAS DE QUINOA

Açaí é energia e elegância de vida.
É um cheiro fresco de fru-
ta do cerrado profundo para ser
permeado. É pele cheia de vida.

ÓLEO HIDRATANTE CORPORAL
açai moisturizing body oil

NOVO

250ml - 8.4 fl oz

oBoticário

nativaSPA

baunilha de
madagascar

ALINHADÍSSIMO

São 3 cânticos dos fins.
Cânticos disciplinados e supereróticos.

SHAMPOOS ALINHADOS
Madagascar's vanilla aligned strands shampoo

300ml / 10.1 fl oz

oBoticário

Nova
nativaSPA

boticario.com.br/nativaspa

oBoticário

Acredite na beleza

HIDRATAÇÃO
COM GOTAS
PURIFICADAS
DE QUINOA

nativaSPA

caviar

RESTAURISSIMO

Recupera os danos dos 3 últimos
gradientes químicos. Caviar caviar.

CONDICIONADOR REPARAÇÃO ABSOLUTA

anti-abalo e repelente

300ml / 10.1 fl.oz.

oBoticário

NOVO

nativaSPA

flor de
ameixa

COM GOTAS
PURIFICADAS DE QUINOA

Flor de ameixa é aconchego e
delicadeza. É um suspiro em
uma história romântica.
A pele cheia de vida.

CREME HIDRATANTE PARA MÃOS
plum flower moisturizing hand cream

75g / 2.6 oz

oBoticário

nativaSPA

ameixa

COM GOTAS
PURIFICADAS DE QUINOA

Recupera a intensidade e vitalidade. É um chom
para a pele e, ao mesmo tempo, do corpo
de vida e vida. É a pele cheia de vida.

CREME HIDRATANTE
plum moisturizing lotion

400ml / 13.5 fl.oz.

oBoticário

NOVO



Vendas abertas para show especial de Henrique e Juliano em Fortaleza com a turnê “Manifesto Musical”

A primeira dupla sertaneja a esgotar ingressos no Maracanã/RJ, Henrique & Juliano se apresentaram para mais de 60 mil pessoas, no dia 03 de Janeiro, no maior estádio do país. O show também marcou o início da turnê Manifesto Musical, anunciando 11 cidades confirmadas em 2026. Entre elas, Fortaleza, capital do Ceará, que recebe o evento no dia 05 de dezembro, na Arena Castelão. Os ingressos já estão disponíveis através do site <https://www.guicheweb.com.br/>.



RicardoBorges

Clínica Odontológica

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

MARQUE AQUI SUA CONSULTA

A relação entre a vitamina C e a saúde cerebral ficou ainda mais clara

Não conseguimos produzir vitamina C por conta própria, então precisamos ingerir a quantidade suficiente desse nutriente essencial por meio da nossa alimentação . Ele flui através do nosso corpo, do estômago para o sangue e até o cérebro.

Estudos anteriores já indicaram a importância da vitamina C para o funcionamento cerebral. Ela se concentra no tecido cerebral , sendo que o líquido cefalorraquidiano que banha o cérebro contém o dobro de vitamina C presente no sangue.

Uma ingestão adequada de vitamina C também tem sido associada a um menor risco de desenvolver a doença de Alzheimer .

Agora, uma nova pesquisa nos revela algo mais sobre como a vitamina C pode contribuir para uma melhor saúde cerebral na terceira idade.

Sabemos que a vitamina C é um antioxidante e está envolvida em uma série de reações químicas em nosso organismo. Mas pouco se sabe sobre como os níveis de vitamina C no sangue (que é mais facilmente medido) podem estar relacionados à saúde cerebral.

Para obter mais clareza, pesquisadores da Universidade de Hirosaki, no Japão, coletaram amostras de sangue de 2.044 voluntários com idade média de 69 anos e estudaram como os níveis de vitamina C nessas amostras correspondiam a certas características em exames de imagem cerebral .

Eles estavam particularmente interessados em um circuito cerebral fundamental chamado rede de modo padrão (DMN, na sigla em inglês), que funciona silenciosamente, conectando muitas partes do cérebro, mesmo quando você pensa que não está fazendo nada.

O afrouxamento da DMN também foi associado ao declínio cognitivo, então os pesquisadores quiseram verificar o quão fortes essas conexões eram entre os idosos japoneses.

Havia uma relação clara entre os participantes do estudo: níveis mais altos de vitamina C no sangue estavam associados a um maior volume de massa cinzenta, o tecido cerebral responsável pela memória, movimento e emoções.

Níveis mais elevados de vitamina C também se correlacionaram com uma conectividade mais forte na DMN (Rede de Modo Padrão).

Essa foi apenas uma avaliação pontual, portanto, não prova que a vitamina C afetou diretamente essas conexões cerebrais. Em vez disso, sugere que a vitamina C pode ter um papel na manutenção da saúde cerebral e, talvez, em um cenário mais otimista, ajudar a prevenir a demência .

“Essa descoberta gera a hipótese interessante de que uma dieta rica em vitamina C pode desempenhar um papel importante na manutenção da saúde cerebral e na mitigação do declínio cognitivo relacionado à idade em adultos mais velhos”.

A DMN conecta diversas regiões cerebrais importantes, incluindo o córtex pré-frontal ventromedial, próximo à parte frontal do cérebro [associado ao processamento de risco, medo e emoções], e o córtex cingulado posterior, no centro [envolvido com a memória e o controle motor]. De forma geral, a DMN tem sido associada a uma série de funções cognitivas diferentes , abrangendo o que lembramos sobre nós mesmos e como nos referimos a nós mesmos, o pensamento sobre o futuro e o controle da nossa atenção .

Estudos anteriores demonstraram que pessoas com doença de Alzheimer , doença de Parkinson e depressão tendem a ter uma DMN [Rede de Modo Padrão] mais fraca e menos conectada.

É necessário muito mais pesquisa para analisar essas relações em detalhes, mas a implicação é que uma quantidade adequada de vitamina C pode ajudar a manter a DMN funcionando de forma mais eficiente e prevenir alguns desses distúrbios de saúde cerebral .

“Até onde sabemos, este é o primeiro estudo a demonstrar a associação entre os níveis plasmáticos de vitamina C e a conectividade da DMN”, escreveram os pesquisadores em seu artigo publicado.

Em sua análise, os pesquisadores ajustaram diversos fatores que também podem afetar a saúde cerebral, incluindo idade, sexo e condições de saúde como hipertensão .

era o que eu queria! *Coca-Cola*





SOLZER

*TODO O SABOR
DO SOL.*



**0.0%
ÁLCOOL**



**COM
VITAMINAS
D E B9**



**BAIXAS
CALORIAS**

10.



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



PúblicoA

por Rodrigo Kawasaki

