

PúblicoA
por Rodrigo Kawasaki



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





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



oBoticário

Acredite na beleza

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 fruta
nativa-colhada perfumado para ser
permanente. É pele cheia de vida.

ÓLEO HIDRATANTE CORPORAL
açaí moisturizing body oil

250ml / 8.4 fl oz

oBoticário

nativaSPA

baunilha de
madagascar

ALINHADÍSSIMO

SM é o cheiro dos fins.
Cubos disciplinados e superresistentes.

SHAMPOOS ALINHADOS
Madagascar's vanilla aligned shampoo

300ml / 10.1 fl oz

oBoticário

nativaSPA

caviar

RESTAURÍSSIMO

Beigens os dentes dos 3 últimos
gradientes quinoa. Caviar caviar.

CONDICIONADOR REPARAÇÃO ABSOLUTA
anti-abuso repair conditioner

300ml / 10.1 fl oz

oBoticário

HIDRATAÇÃO
COM GOTAS
PURIFICADAS
DE QUINOA

nativaSPA
flor de
ameixa

COM GOTAS
PURIFICADAS DE QUINOA

Flor de ameixa é aconchego e
delicadeza. É um suspiro em
uma história romântica.
É 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

Ameixa é intensidade e vibração. É um cheiro
para despertar e, ao mesmo tempo, do vórtice
de flutuar no abismo. É pele cheia de vida.

LOÇÃO HIDRATANTE
plum moisturizing lotion

400ml / 13.5 fl oz

oBoticário

Nova
nativaSPA

boticario.com.br/nativaspa



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/>.



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*



SOL ZERO.

*TODO O SABOR
DO SOL.*



0.0%
ÁLCOOL



COM
VITAMINAS
D E B9



BAIXAS
CALORIAS



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

