muller@yourmagazine.com.br

EDIÇÃO 88 · NUTRIÇÃO · CAROLINA PAZ

Mientras todos cuentan proteínas, ¿quién está contando fibras?

La proteína se volvió una meta diaria, pero las fibras merecen la misma atención, sobre todo durante el adelgazamiento.

SÃO PAULO / NOVA YORK — A YOUR Magazine (edição comemorativa de 10 anos) apresenta na Edição 88 Interativa a pauta especial "Enquanto todos contam proteínas, quem está contando fibras?", dentro da editoria Nutrição · Carolina Paz. Proteína virou meta do dia a dia, mas as fibras merecem a mesma atenção, principalmente durante o emagrecimento.

Proteína virou meta do dia a dia, mas as fibras merecem a mesma atenção, principalmente durante o emagrecimento.

MUITO ALÉM DO PRATO DE PROTEÍNA

MUITO ALÉM DE FAZER O INTESTINO FUNCIONAR

ESTAMOS CONSUMINDO FIBRAS SUFICIENTES?

QUANDO A ALIMENTAÇÃO NÃO É SUFICIENTE

MAIS FIBRAS NEM SEMPRE SIGNIFICA MELHOR DIGESTÃO

A ÁGUA TAMBÉM FAZ PARTE DESSA EQUAÇÃO

O EMAGRECIMENTO PRECISA OLHAR PARA O ORGANISMO COMO UM TODO

> *“A proteína é importante para preservar a massa muscular, mas as fibras também precisam estar presentes nessa estratégia.”*

A reportagem integra a curadoria especial da Edição 88 Interativa da YOUR Magazine, publicação digital de luxo fundada pelo comunicólogo e editor-chefe Müller Ribeiro, com presença consolidada no Brasil e nos Estados Unidos. Com leitura aprofundada, direção de arte autoral e distribuição multiplataforma, o conteúdo destaca os protagonistas, os bastidores e as transformações que moldam o mercado contemporâneo de lifestyle, cultura, saúde, gastronomia, moda e hospitalidade de alto padrão.

Ao longo da matéria, o leitor encontra uma abordagem editorial que privilegia a autenticidade, a precisão estética e o diálogo direto com uma audiência qualificada das classes A e B, somando mais de 13,2 milhões de visualizações mensais em todo o ecossistema da revista.

CONTEXTO EDITORIAL E DISTRIBUIÇÃO

Publicado originalmente em Edição 88 Interativa (Nutrição · Carolina Paz), com assinatura de carolina-paz. O conteúdo faz parte do acervo oficial da YOUR Magazine, que celebra uma década de jornalismo de luxo feito no Brasil para o mundo, reunindo 88 edições publicadas, mais de 300 capas digitais e mais de 218 entrevistas exclusivas.

SOBRE A YOUR MAGAZINE — 10 ANOS

Fundada há 10 anos e dirigida por Müller Ribeiro (CEO e Editor-Chefe), a YOUR Magazine conecta as principais capitais da moda, da cultura e da gastronomia aos destinos de hospitalidade mais exclusivos do continente. Sua rede de distribuição alcança mais de 120 jornalistas e colunistas, 80 revistas parceiras, 40 rádios e podcasts e 50 portais de notícias no Brasil e no exterior.

INFORMAÇÕES PARA A IMPRENSA

Este material de imprensa (release oficial, citações e ativos visuais) está liberado para reprodução editorial mediante crédito obrigatório à YOUR Magazine. Para solicitações de entrevistas, fotos em alta resolução ou credenciamento, entre em contato com a assessoria pelo e-mail muller@yourmagazine.com.br ou pelo WhatsApp +55 33 99903-2902.