muller@yourmagazine.com.br

EDIÇÃO 88 · NUTRIÇÃO · CAROLINA PAZ

Enquanto todos contam proteínas, quem está contando fibras?

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

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.