

**estúdio**  
**BAR**  
**BAT**  
**ANA**

---

CREDENCIAIS

# a nossa abordagem

Qualquer que seja o projeto (grande ou pequeno, de pessoa ou empresa), **sempre partimos da verdade que encontramos.**

**Escutamos** para entender a essência, usamos nossa experiência para **lapidar e materializar** o que precisa ser comunicado, sempre com um olhar propositivo e orientações factíveis. Direcionamentos que motivem, **inspirem e sejam alcançáveis.**



## amanda talhari

COMUNICÓLOGA • PSICANALISTA • ILUSTRADORA

Há 15 anos no mercado atendendo clientes em projetos de branding, marketing e comunicação. Sempre com um pé na sala de aula e outro no mercado, uma mão no teclado e outro no lápis, escuta atenta, e olhos e poros abertos.

---

## ana cossermelli

CRIATIVA • ILUSTRADORA • TATUADORA

Trabalhou com design no meio editorial, traduzindo informação em forma. Seja nos projetos de clientes, decorando a sua casa ou aprendendo algo novo, seus olhos atentos e mãos mágicas sempre transformam o que tocam.



BAR  
BAT  
ANA



PROJETOS

CASA MAGÁ

**cozinha vegetal  
encantadora que  
celebra sabores, ideias,  
e transformações**

Uma experiência  
surpreendente, que  
**desloca expectativas**,  
valoriza **pessoas** e  
**ingredientes**, e eleva  
a culinária vegetal.

---

POSICIONAMENTO  
IDENTIDADE

# CASA MAGÁ





PROJETOS

CASA MAGÁ





## moda para se reencontrar

Roupas e acessórios desenhados com **cuidado e intenção**: simples, flexíveis, confortáveis, duráveis e plurais - para múltiplas composições e corpos. **Moda atemporal, versátil e livre**. Para expressar sua unicidade sem medo de ser feliz.

---

CONSULTORIA  
POSICIONAMENTO  
IDENTIDADE

# NORO

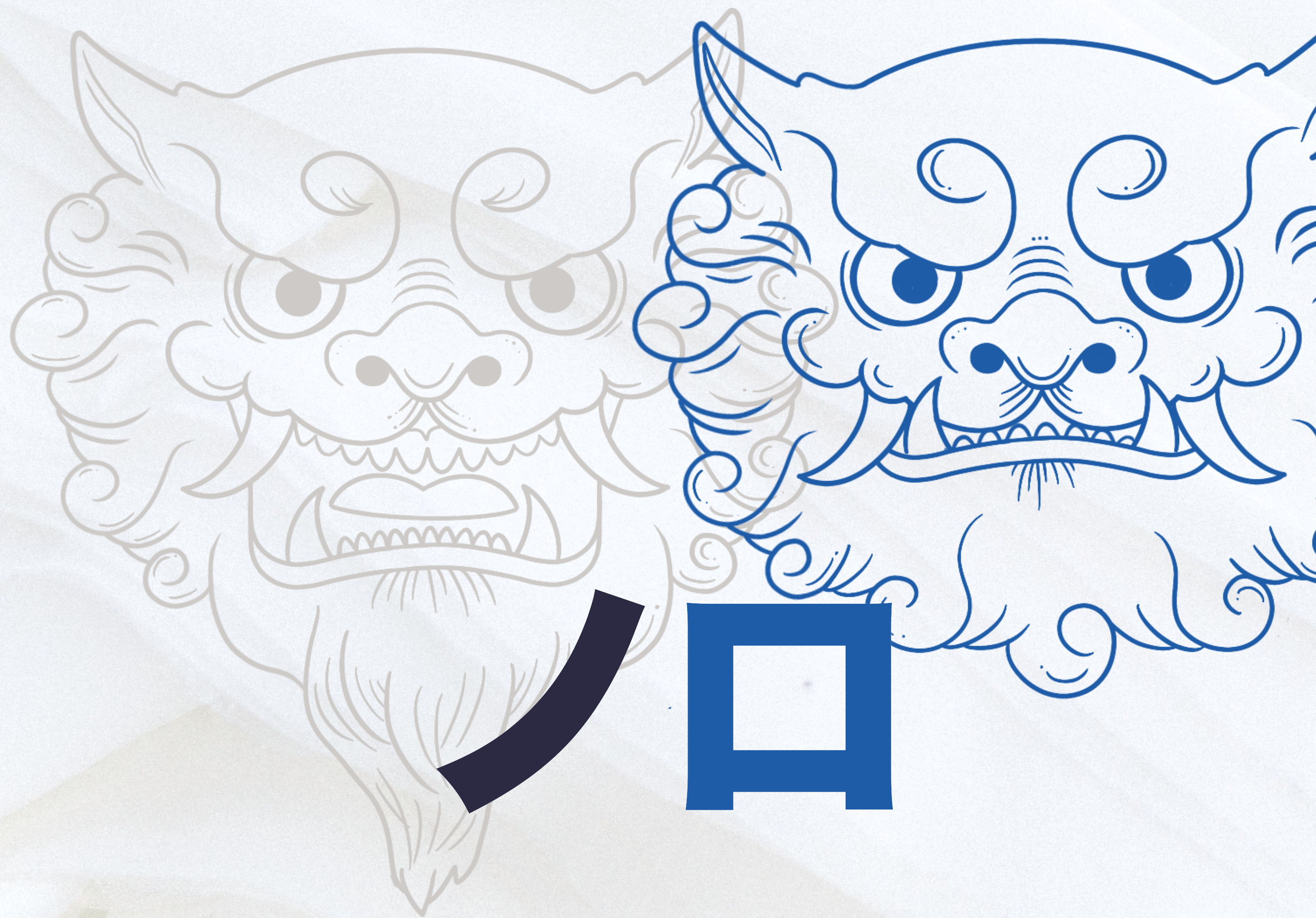




PROJETOS

NORO

**NORO** ノロ







**comida de verdade  
e relações de verdade,  
para uma vida de  
verdade**

Padoca brasileira que cuida do alimento, dos ingredientes e da cadeia com leveza, que oferece nutrição para uma vida bem vivida – uma **travessia** que se faz com **as mãos e o coração.**

POSICIONAMENTO  
IDENTIDADE  
REDES SOCIAIS



trevi  
PADOCA



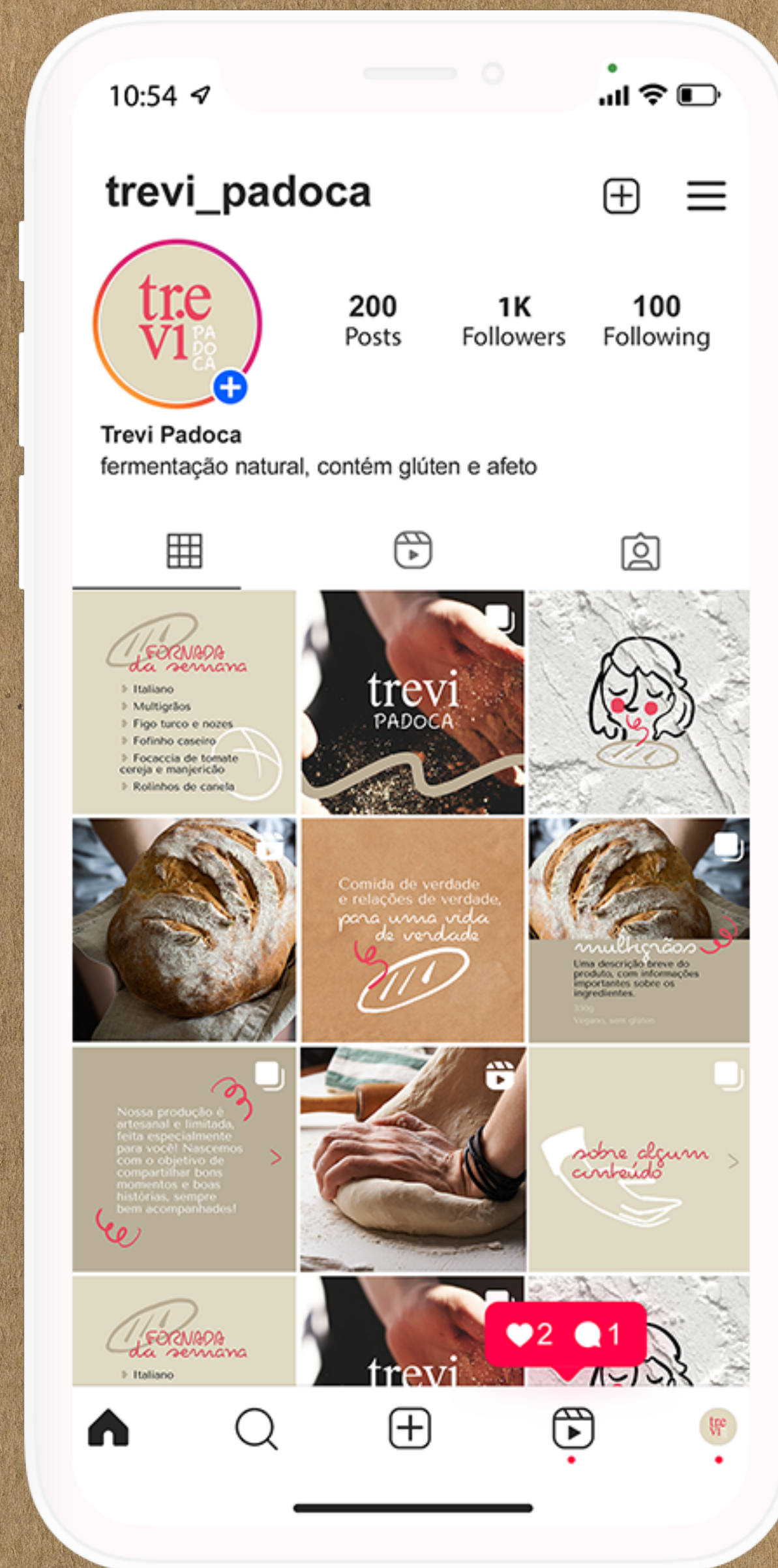


PROJETOS

TREVI PADOCA



tre  
vi PADO  
CA





## experiência única de encontro

Um lugar que comporta **vários mundos.**

Do amanhecer até a madrugada, um local de encontro plural e integrado, ideal para cuidar das engrenagens de humanos e automóveis.

POSICIONAMENTO  
IDENTIDADE  
SITE  
REDES SOCIAIS

# MOTT





cafés especiais, cervejas artesanais e mecânica automotiva em um só lugar

**MO  
TT**

Já imaginou uma oficina mecânica que também é bar e café? Está é a Mott. A oficina de um lado e o café-bar do outro, integrados pela proposta de fazer um espaço de encontro para todos, e oferecer produtos e serviços feitos com atenção aos detalhes e muita transparência.



**CAFÉ**

Cafés especiais, sanduíches feitos com pão de fermentação natural, salgados e doces, em um ambiente descontraído e acolhedor.



**BAR**

Chope artesanal sempre gelado, drinks, porções e lanches generosos, para todos os gostos.



**OFICINA**

Já viu uma oficina boa e bonita assim? Acreditamos em serviços mecânicos com qualidade, transparência, clareza e pontualidade, em um espaço único, convidativo e confortável.

**SOBRE •  
CAFÉ/BAR •  
OFICINA •  
CONTATO •**

**OFICINA**

Segunda à Sexta: 8h as 18h  
Sábado: 8h as 12h

**CAFÉ - BAR**

Segunda à Sábado:  
8h as 18h (café) e 18h as 23h (bar)





**desatar os nós,  
solucionar problemas,  
ver saídas é o que  
nos move**

Não só no **diagnóstico**  
mas no mercado em que  
estamos e nas nossas  
**relações diárias.**  
Buscamos o melhor  
possível, a cada vez.



werner  
&werner





PROJETOS

WERNER&WERNER





PROJETOS

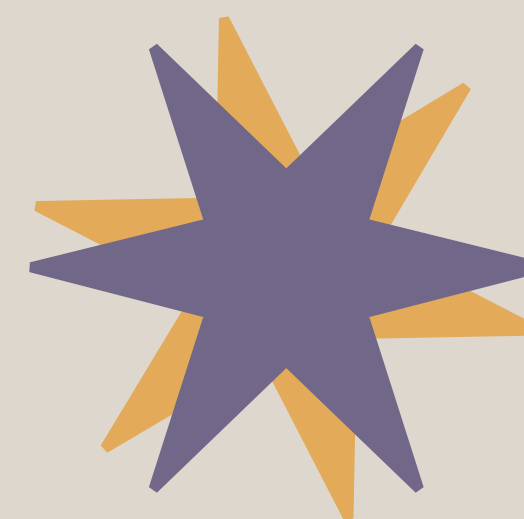
ÁSTRE

## **odontologia e com precisão, atenção e leveza**

Especialistas em **soluções precisas e resultados refinados**, na forma e na função, mas para nós o trabalho não é só clínico, é maior. Requer um olhar cuidadoso para o que o cliente precisa.

---

CONSULTORIA  
POSICIONAMENTO  
IDENTIDADE



# ástre





PROJETOS

ÁSTRE







@ocafememo

# café memo

## para quem gosta de cafés clássicos ☺☺

**Espresso**  
Intenso e bem tirado.  
- simples R\$1  
- duplo R\$2

**Americano R\$3**  
Pressão do espresso,  
com mais água.

**Machiato**  
Espresso com apenas a crema do leite.

**Latte R\$4**

Lactose +R\$1

Lactose +R\$1

leite vaporizado  
aqui a proporção  
2/3 de leite.

+R\$2



Leve esse pacotinho de afeto, muito sabor, aroma e experiência para casa! Em grãos ou moído de acordo com a sua preferência, na hora.



Métodos que te proporcionam experiências novas e grãos diversos. Nos pergunte quais métodos e grãos estão disponíveis!

Kalita wave V60  
Prensa francesa Clever

R\$12



### prato do dia

**Prato do dia R\$15**  
Mais um clássico para quem gosta de beber bem.

### cafés da semana

**Bolinho de laranja R\$35**  
Mais um clássico para quem gosta de beber bem.

### álcoólicos para dias em que vale tudo

**Caipirinha R\$10**  
Um clássico brasileiro que não pode faltar em nenhum bar. Aqui, o segredo é o jeitinho especial do fazer.

**Negróni de café R\$35**  
Mais um clássico para quem gosta de beber bem. Combinação do amargor, doçura e perfume com o melhor café na receita.

**Chopp**  
consulte as opções da nossa torneira!

**Cerveja é conosco memo R\$20**  
Lata de 473ml.

## tamo junto memo



@ocafememo

ganhe 1 coado do dia! <3





PROJETOS

CAFÉ MEMO



**tudo  
nosso  
memo**





PROJETOS

CIÊNCIA SUJA



APOIE O PODCAST

QUEM SOMOS

TEMPORADAS

CIÊNCIA  
SUJA

Contamos histórias de fraudes científicas e seus prejuízos para a sociedade. Quando o crime é contra a ciência, as vítimas somos todos nós.

ÚLTIMO EPISÓDIO



EP #7 República das cesáreas

O excesso de cesáreas e as violências obstétricas



APOIE O PODCAST

QUEM SOMOS

TEMPORADAS



THEO RUPRECHT

Apresentador, produtor e roteirista do Ciência Suja, é jornalista especializado na cobertura de temas ligados à saúde formado pela Faculdade Cásper Líbero (SP). Foi repórter na TV Globo, editor na Veja Saúde (Editora Abril), gerente no Einstein e, hoje, tem sua própria empresa de produção de conteúdos.



THAÍS MANARINI

Apresentadora, produtora, roteirista do podcast. É formada em Jornalismo pela Cásper Líbero e com pós-graduação em divulgação científica pela Universidade de São Paulo (USP). Desde o primeiro estágio (2008), trabalha com temas ligados à saúde. Atualmente é editora do site da Veja Saúde (Ed Abril).



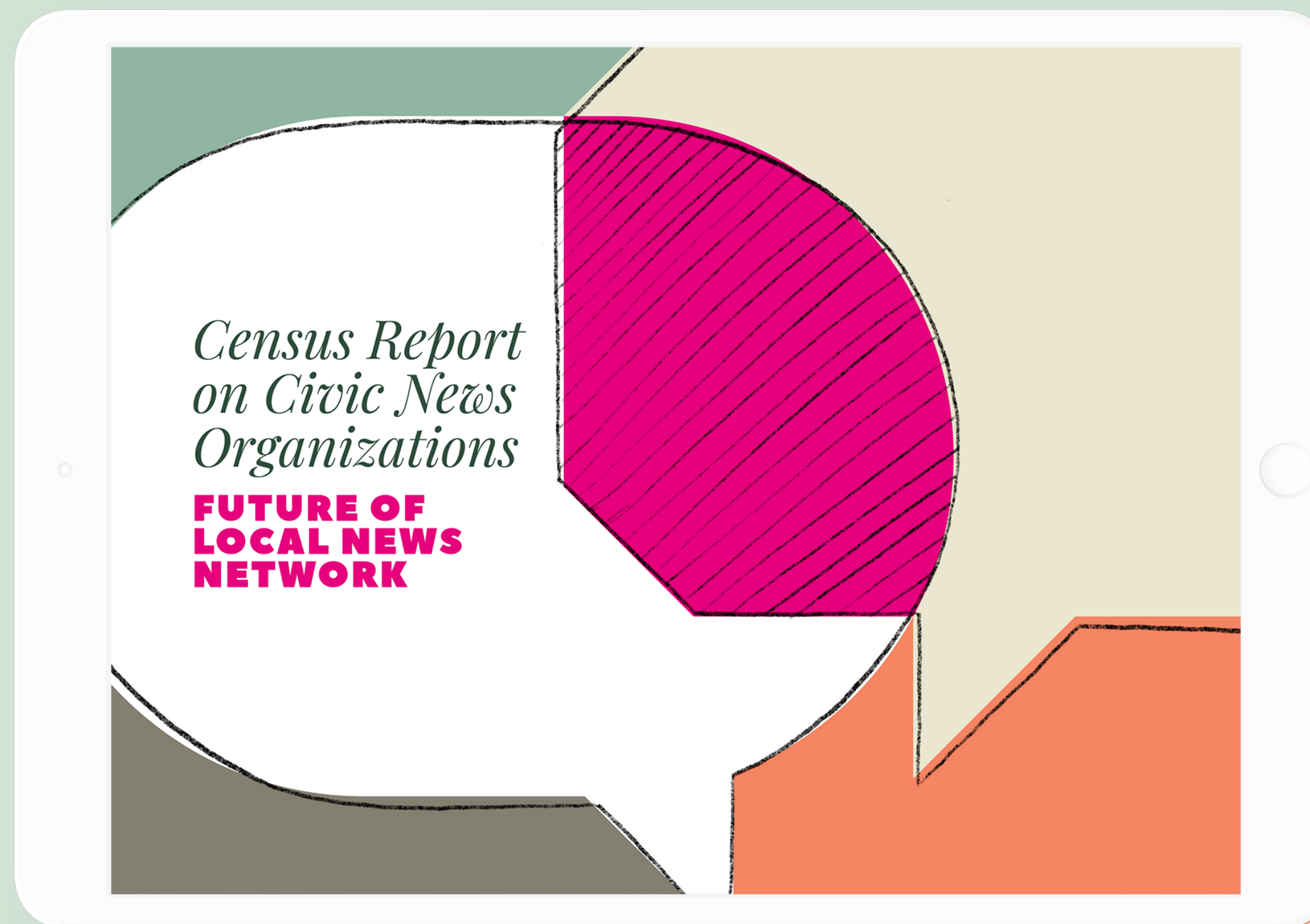
CHLOÉ PINHEIRO

Produtora do podcast. Jornalista com mais de dez anos de cobertura de saúde e ciência. Atualmente, é repórter na revista Veja Saúde, da Abril, e já colaborou para veículos como UOL e Agência Fapesp. Em 2021, foi incluída no ranking de profissionais mais admirados da imprensa de saúde e bem-estar do Brasil elaborado pelo Einstein e pelo Portal Jornalistas e Cia.

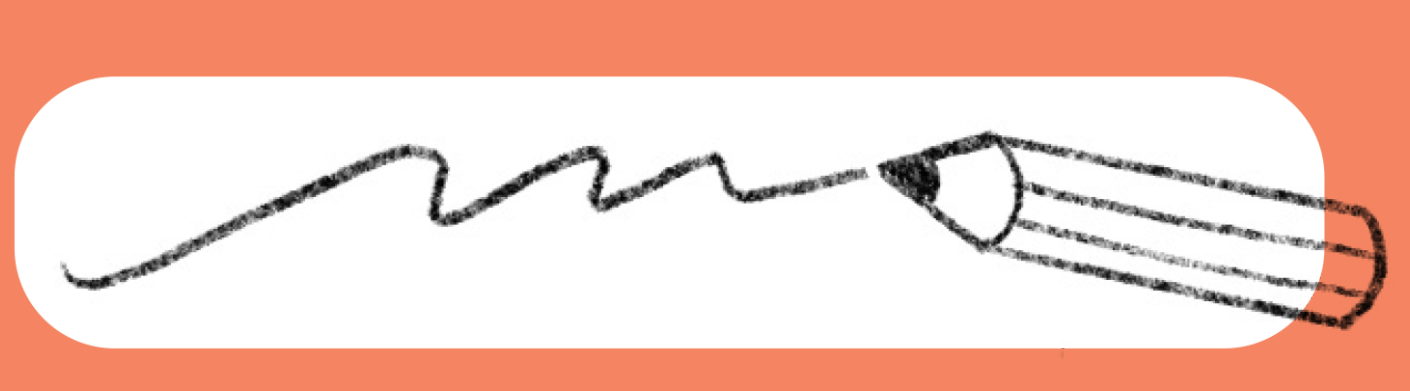
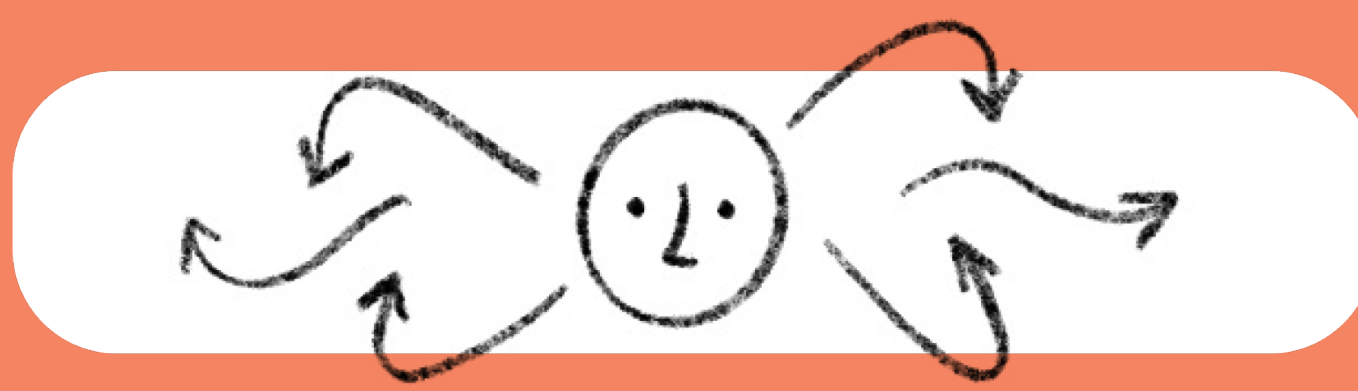
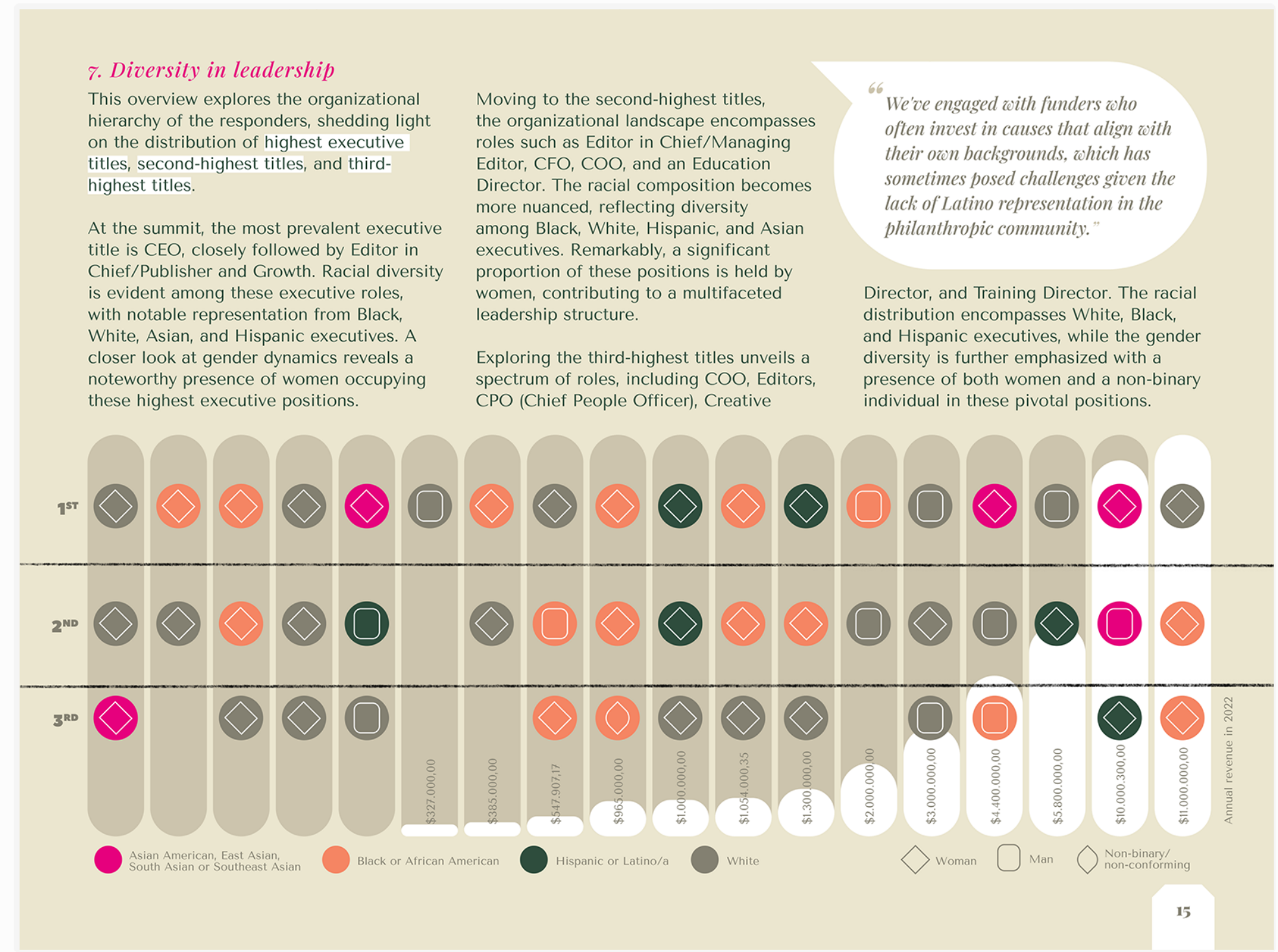
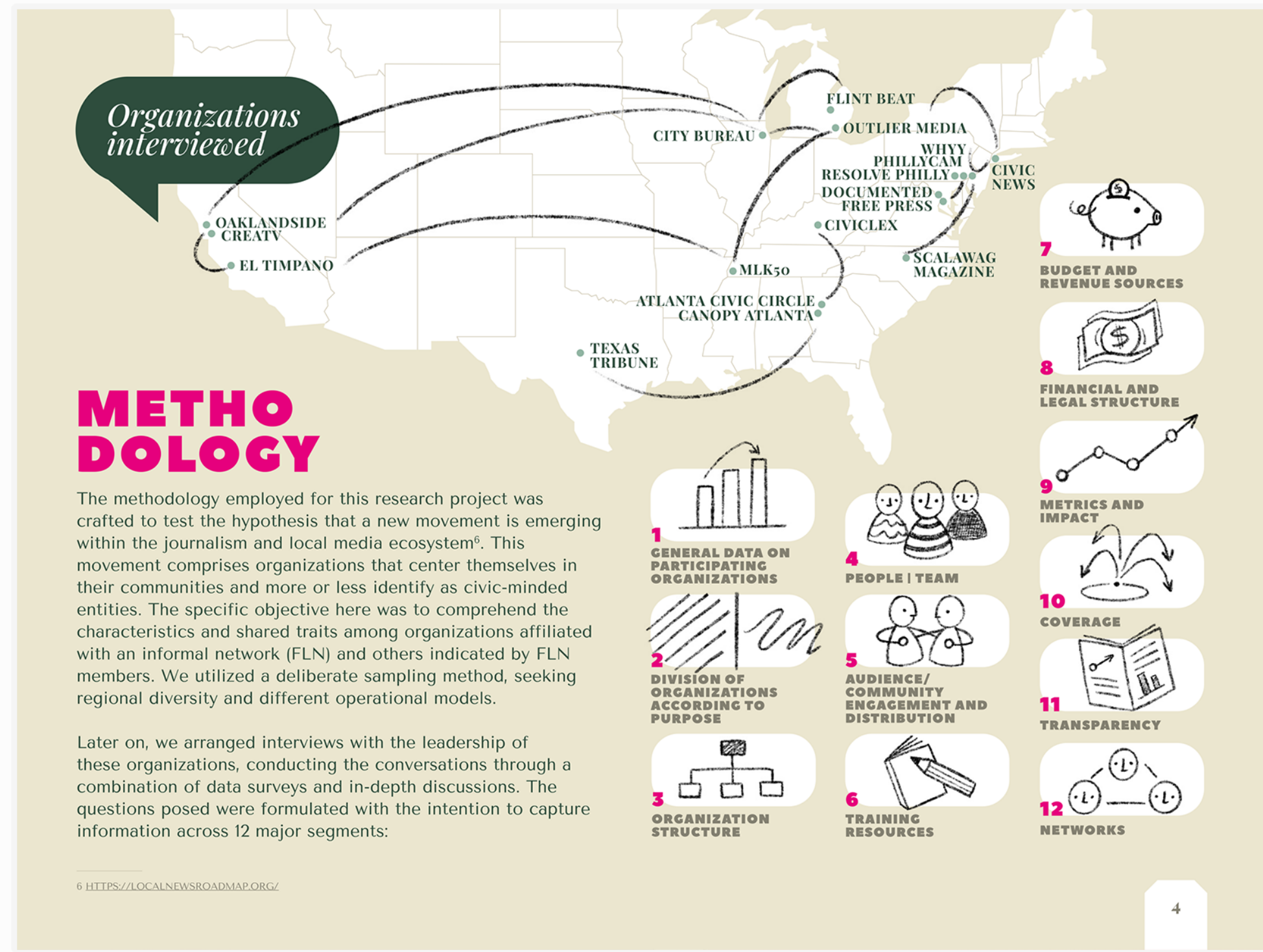
WWW.CIENCIASUJA.COM.BR



# a importância de organizações de notícias da sociedade civil

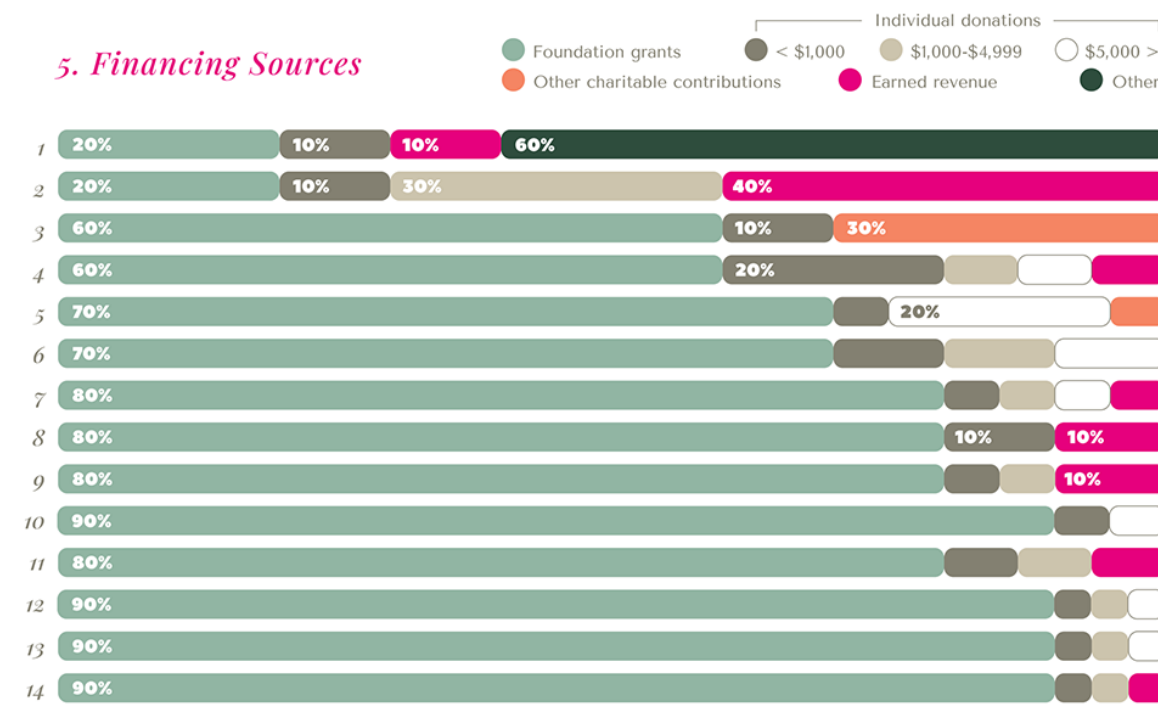


|  |   |                      |
|--|---|----------------------|
| <b>3</b> Who did it and why                            | <b>9</b> 1. Founding of Organizations               | <b>9</b> Summary     |
| <b>3</b> Criteria                                      | <b>9</b> 2. Geographic Concentration                | <b>25</b> References |
| <b>4</b> Organizations interviewed                     | <b>9</b> 3. Organizational Characteristics          |                      |
| <b>4</b> Methodology                                   | <b>10</b> 4. Operational Costs                      |                      |
| <b>5</b> Insights                                      | <b>12</b> 5. Financing Sources                      |                      |
| 1. Team growth and succession <b>5</b>                 | <b>13</b> 6. Annual revenue                         |                      |
| 2. Community engagement and audience reach <b>6</b>    | <b>15</b> 7. Diversity in leadership                |                      |
| 3. Impact and Theory of Change <b>7</b>                | <b>16</b> 8. Audience and content                   |                      |
| 4. Participatory journalism common curriculum <b>8</b> | <b>17</b> 9. Training initiatives                   |                      |
|  | <b>17</b> 10. Mission and Vision                    |                      |
|  | <b>18</b> 11. Impact tracking                       |                      |
|  | <b>21</b> 12. Community listening and participation |                      |
|  | <b>22</b> 13. Achievements, challenges and requests |                      |
|  | <b>23</b> 14. Networks                              |                      |





### 5. Financing Sources



Four organizations do not disclose the sources of their funds on their websites. This suggests potential transparency challenges. Also, analyzing how organizations communicate their revenue and funding sources leads to the conclusion that they prioritize conveying their mission, impact, or specific initiatives on their websites, placing emphasis on their work rather than detailing financial contributors. This highlights the importance of clear communication practices, prompting organizations to carefully balance transparency with other strategic considerations. It is essential to be mindful of the potential impact on public perception. Further insights would be needed to understand the specific reasons behind this choice, emphasizing the delicate balance organizations must strike between transparency, strategic communication, legal considerations, and maintaining stakeholder trust.

**Foundation funding:** All of the organizations that responded about their funding sources (14 out of 18) receive funding from foundations, representing a significant portion of their financial support. 57% report that foundation funding makes up between 80% and 90% of their total funding.

**Small Dollar Contributions:** Among the responders, all receive small dollar contributions. The majority (93%) note that these contributions constitute up to 10% of their funding. One organization reports that small dollar contributions represent a more substantial portion, accounting for 20% of its funding. The operating model of this particular organization suggests that this is a result of their effective community engagement practices.

**Mid-Range Dollar Contributions:** 64% of the organizations report receiving mid-range dollar contributions, with most indicating that these contributions make up to 10% of their funding. However, one organization stands out, noting that 30% of its funding comes from this specific source, attributed to its large number of subscribers.



Although 11 (61%) organizations have introduced impact tracking mechanisms, this strategy ranks lower in terms of common usage, with some organizations still in the process of refining their systems.

### What are they measuring?

**IN THE COURSE OF THE INTERVIEWS, THE TERM 'IMPACT' EMERGED PROMINENTLY, BEING MENTIONED 72 TIMES. THIS SURPASSED REFERENCES TO 'MEDIA' (68), 'JOURNALISM' (48), AND 'CIVIC' (39), ALTHOUGH IT FELL SHORT OF THE FREQUENCY OF 'COMMUNITY,' WHICH WAS USED 124 TIMES.**

**Access to information:** The cornerstone of an informed community is access to equitable, accurate, timely, and relevant information that empowers individuals to make decisions.

**Civic engagement:** Informed communities are engaged in civic life, participating in decision-making processes, and utilizing information to advocate for their needs.

**Awareness of local resources:** Community members are aware of the resources available to them within their local context, allowing them to address challenges and improve their lives.

**Representation and acknowledgment:** Informed communities see themselves represented and acknowledged in media and information sources, fostering a sense of self-awareness and empowerment.

**Holistic understanding:** Being informed means having a comprehensive understanding of inequities, systems,

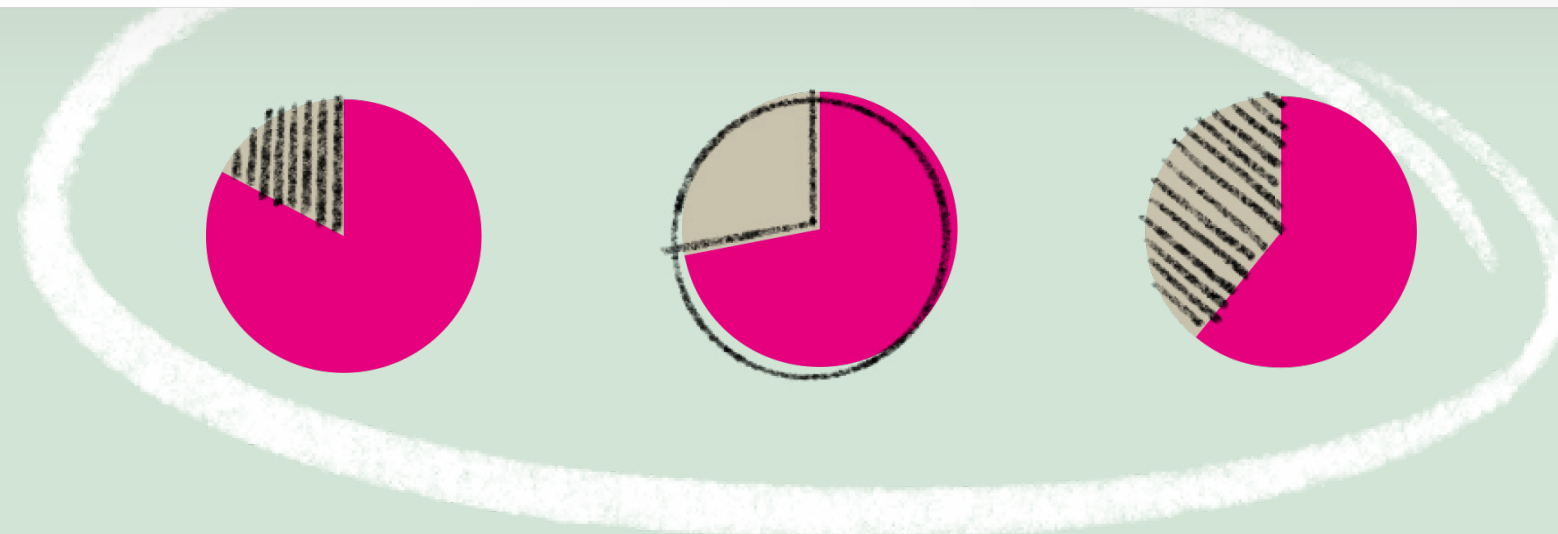
and challenges, particularly from the perspective of those most impacted.

**Participatory journalism:** Some responses highlight the importance of participatory journalism, where community members actively engage in the journalistic process.

**Training programs evolution:** Organizations conduct surveys to understand how their training programs have influenced participants' perspectives and skills over time. This involves tracking the growth and evolution of participants' understanding.

**Decision-making and action:** Individuals in informed communities use information to make educated decisions, particularly in areas like voting, and are equipped to take action.

**Multi-channel access:** Individuals can access information through multiple channels and sources that meet them where they are.





### veja saúde

Desenvolvemos o projeto gráfico, diagramação, ilustrações e iconografia para a edição especial Saúde Animal, publicada em Agosto de 2019 pela editora Abril.

PROJETO GRÁFICO  
DIAGRAMAÇÃO  
INFOGRAFIA  
ILUSTRAÇÃO  
COM YSLENA FAZOLIM



**RADAR ANIMAL** POR SILVIA LEBROA E STÉFANI FONTANIVE



### PRESENTE CÃES E GATOS LIDERAM A DEMANDA POR VETERINÁRIOS

Maioria dos profissionais que zelam pela saúde dos animais é de mulheres que atuam em clínicas (com ou sem pet shop). Metade tem pós-graduação

Brasil já ostenta a segunda maior população pet do mundo, com mais de 20 milhões de felinos e 50 milhões de cachorros, de acordo com um levantamento do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) em parceria com a Associação Brasileira de Estimação (Abinpet). Logo, cães e gatos são os principais pacientes de clínicas veterinárias espalhadas pelo país. A pesquisa Radar Vet, feita pelo Sindicato



#### UM LUGAR TEL-AVIV

A capital de Israel é a cidade mais amigável para cães do mundo. Há mais de 70 praças destinadas a eles e até o Dia Internacional dos Cães, comemorado em 26 de agosto, com um festival de olimpíadas, brincadeiras e vendas de produtos.



#### UM DADO 52 MILHÕES DE CÃES

É o número de cachorros que vivem no Brasil. Representa um cão para cada quatro humanos. O dado é de um estudo da Universidade de São Paulo e do IBGE. A estimativa é que 44% dos lares brasileiros tenham ao menos um cachorro de estimação.



#### FUTURO PROBIÓTICOS PARA BEM DELES E O NOSTRO

Eles são uma das apostas para reduzir o uso de antibióticos em animais, que são a base da alimentação humana, como frango, porco e gado, e, assim, combater o surgimento das superbactérias.



#### PASSADO PRIMEIRA EDIÇÃO COM A SEÇÃO BICHOS

Em junho de 2002, a revista SAÚDE estreava novo formato — este tradicional que você tem em mãos até hoje — e colocava em suas páginas pela primeira vez um conteúdo focado em saúde e bem-estar animal.

#### UMA FRASE

Tanto os animais como as pessoas têm os mesmos centros de emoção no cérebro. Os donos de estimação devem entender isso para executar melhor a indústria veterinária.



**SAÚDE É VITAL**  
ESPECIAL ANIMAL  
Aprender a lidar com as emoções dos animais de estimação é essencial para garantir o bem-estar de todos. Neste mês, vamos falar sobre parasitas, saúde mental e atividade física.

Abriu-se o mês de setembro e já estamos pensando em férias. Mas antes de sair de casa, é importante garantir que o seu pet esteja saudável e feliz. Neste mês, vamos falar sobre parasitas, saúde mental e atividade física.

**Proteja seu pet**  
Alergia, depressão, obesidade, parasitas... Os cuidados decisivos para livrar cães, gatos e companhia das principais ameaças hoje

DE OLHO NA COCEIRA! SAIBA O QUE ELA PODE INDICAR

TRISTES E ANSIOSOS: COMO ZELAR PELAS EMOÇÕES DOS NOSSOS BICHOS

BOAS NOTÍCIAS PARA OS ANIMAIS QUE ENFRENTAM O CÂNCER

## Parasitas por todos os lados

Nunca foi tão importante proteger os animais de estimação de pulgas, ácaros, carrapatos, mosquitos e vermes — e das doenças que eles espalham

por JUAN ORTIZ, MAURICIO BRUM, SILVIA LIBROA e STEFANI FONTANIVE • edição e ilustrações ANA COSSERMELLI

**Um fungo da pesada**

Atenção, donos de felinos que vivem em áreas tropicais, como o Rio de Janeiro: os gatos são as principais vítimas de um fungo fatal. O *Sporothrix brasiliensis*, principal causador da esporotricose no país e encontrado em abundância em troncos de árvores e no solo, costuma atacar especialmente os gatos que gostam de dar passeios ao ar livre. E, ao serem infectados durante escapadas de casa, eles mesmos se tornam vetores dessa zoonose para seus tutores. O principal sintoma são lesões na pele do bicho, principalmente no focinho, que podem apresentar uma secreção purulenta, além de queda de pelos, falta de apetite e vômitos. “É uma micose profunda, que atinge o tecido abaixo da pele e pode migrar para vasos linfáticos e outros órgãos”, detalha a veterinária Juliana Rigli, analista técnica da Orivet, fabricante de medicamentos veterinários. A proliferação da esporotricose por aqui tornou o Brasil líder em número de casos no mundo. A constatação é do Instituto Nacional de Infectologia Evandro Chagas, ligado à Fiocruz, que diagnosticou cerca de 5 mil felinos com a doença nos últimos 20 anos. “É o maior registro de casos clínicos em animais publicado em periódicos científicos até o momento”, conta o veterinário Sandro Pereira, chefe do laboratório de pesquisa clínica em dermatozoonoses em animais domésticos da instituição. A enfermidade não possui notificação obrigatória em todos os estados do Brasil — por isso não se sabe a prevalência nacional. No Rio, porém, os estudos apontam que a micose se tornou um problema de saúde pública, devido ao aumento dos casos em humanos — de acordo com uma pesquisa recente, 95% dos episódios da zoonose ocorreram nos 11 municípios da região metropolitana do estado. “No Nordeste também tem crescido o número de diagnósticos”, alerta Pereira. A esporotricose afeta diversos animais, incluindo cães, cavalos, porcos e até espécies silvestres. Não se sabe por que os gatos são os mais atingidos — estima-se uma proporção de um cão para 25 felinos. Provavelmente, explica Pereira, seu sistema imunológico seja ineficiente diante do comportamento voraz do fungo. Para protegê-los, os veterinários recomendam a castração precoce, uma vez que a doença reduz o tempo de vida do animal de seis a oito meses para até dois meses.

**O TRATAMENTO**

A esporotricose tem cura quando diagnosticada precocemente. O tratamento com antifúngicos, como o Itraconazol (companhado ou não por iodeto de potássio) é longo: pode se estender por quatro a seis meses. No período, o tutor deve tomar cuidado para não ser contaminado ao sofrer arranhões e realizar a higienização da cama e dos utensílios usados pelo pet. Nos casos de evolução da moléstia em que não há mais chances de cura, recomenda-se a eutanásia.

## Uma mente em apuros

Ansiedade, automutilação, agressividade... Entenda os principais problemas de comportamento animal — e saiba como lidar com as emoções deles

por JUAN ORTIZ • edição e ilustrações ANA COSSERMELLI  
Ilustração: GABRIELA KERRICK • GETTY IMAGES

**PAPAGAIOS EM PRANTOS**

Pássaros também podem apresentar sinais de ansiedade resultante da separação dos donos. É o que ocorre com espécies de papagaios e de canários, por exemplo. Como são animais altamente sociais, a falta de outra ave no do tutor pode desencadear uma síndrome de “luto”. As vocalizações começam como simples chamados e, se não forem atendidas, progredem para gritos cada vez mais severos. Para reverter isso, o tutor pode tentar acostumar o pássaro à sua ausência, começando com saídas breves e gradualmente, segundo recomenda o especialista.

**SAÚDE É VITAL • SETEMBRO 2019**

## COMO MONTAR O TREINO DO MEU CÃO

Atividade física regular melhora, sim, a saúde do seu amigo de quatro patas. Mas é preciso respeitar alguns cuidados

**A CADA UM O SEU**

**DE FOCINHO CURTO**

Para bulldogs, pug, boxers, basset hounds e beagles, esforços repetitivos intensos são desaconselhados. Este corria ou atividades aquáticas, que exigem resistência de tempo.

**DE GRANDE PORTE**

Golden retrievers, pastor-alemão e rottweiler não devem fazer exercícios como corridas e saltos com muita frequência, pois têm tendência a problemas nas articulações.

**DE PATAS LONGAS**

Cães mais magros e compridos, como os griffons e alguns irlandeses, se beneficiam de corridas e têm aptidão para fazer longas distâncias em curto espaço de tempo.

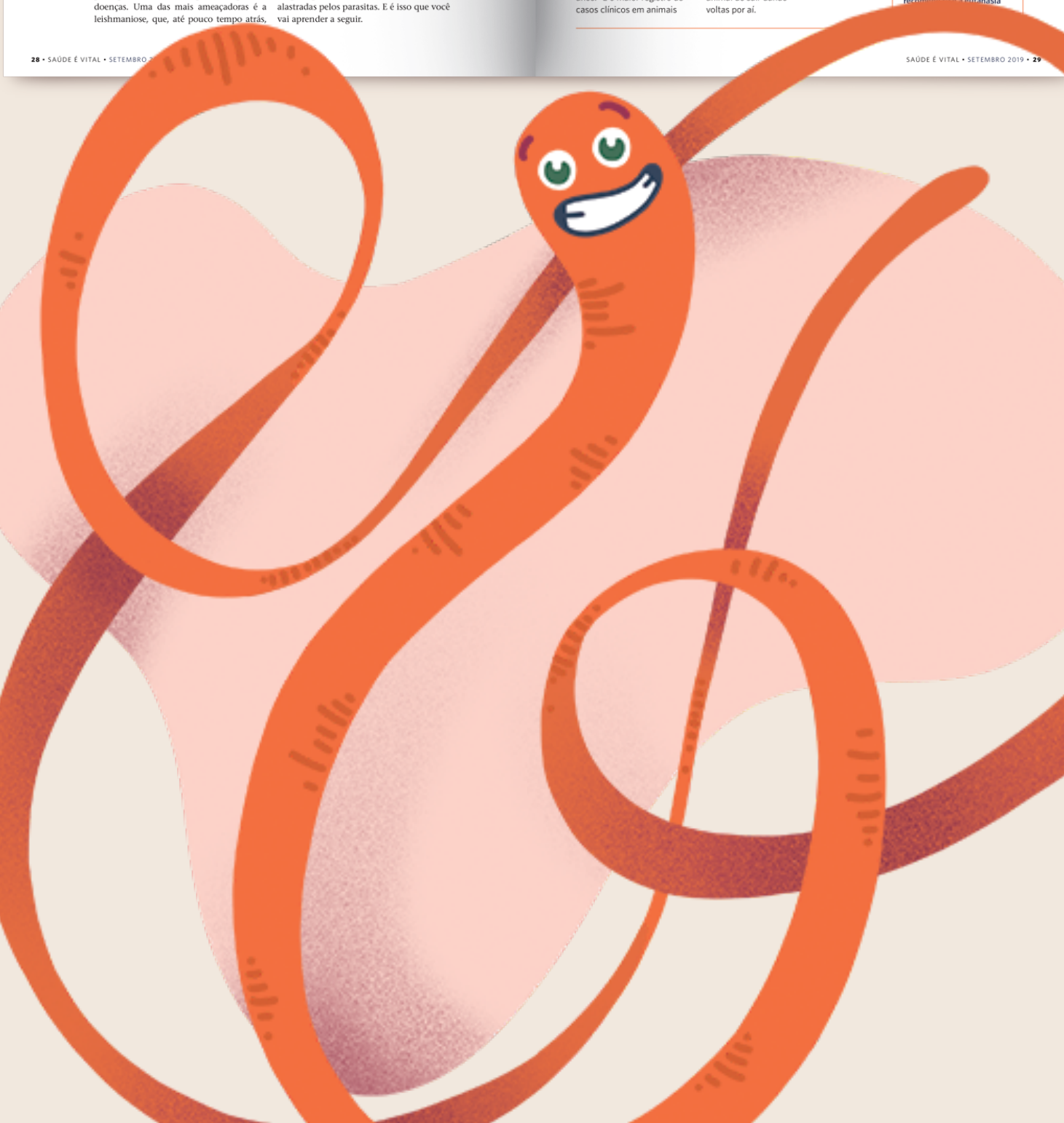
**LABRADORES**

Embora atividades intensas ou prolongadas, a raça tem uma condição hereditária grave, que provoca fadiga e fraqueza e, em casos graves, ela pode ser despertada pelo excesso de exercício.

**PISTAS DO CANSAÇO**

- Língua para fora
- Língua e mucosas azuladas
- Respiração ofegante
- Impeto para se deitar
- Busca de locais com sombra
- Falta de interesse em continuar a atividade

**SAÚDE É VITAL • SETEMBRO 2019**







### veja saúde

Em 2018 a Editora Abril fez uma pesquisa sobre a diabetes no Brasil, a pedido da biofarmacêutica global AstraZeneca. Desenvolvemos o projeto gráfico, ilustrações e infografia para o Book dos resultados da pesquisa.

PROJETO GRÁFICO  
DIAGRAMAÇÃO  
INFOGRAFIA  
ILUSTRAÇÃO  
COM YSLENA FAZOLIM

Abril SAÚDE endoDEBATE 2018

# O que os brasileiros sabem (E NÃO SABEM) sobre o diabetes

Pesquisa inédita mapeia o conhecimento e o comportamento de 1050 brasileiros — com e sem a condição — sobre uma das doenças mais impactantes no país

Base: 387 / 663

## Perfil da amostra

1050 entrevistados

**387** diabéticos

47% homens  
53% mulheres

Idade média: **49** anos

| Idade             | 18 a 34 anos | 35 a 44 anos | 45 a 54 anos | 55 ou mais |
|-------------------|--------------|--------------|--------------|------------|
| Diabéticos tipo 1 | 18%          | 16%          | 22%          | 44%        |
| Diabéticos tipo 2 | 18%          | 16%          | 22%          | 44%        |

**663** não diabéticos

52% homens  
48% mulheres

Idade média: **45** anos

| Idade             | 18 a 34 anos | 35 a 44 anos | 45 a 54 anos | 55 ou mais |
|-------------------|--------------|--------------|--------------|------------|
| Diabéticos tipo 1 | 22%          | 20%          | 26%          | 28%        |
| Diabéticos tipo 2 | 22%          | 20%          | 26%          | 28%        |

**Renda familiar**

| Renda familiar | Até 2863 | 2863 a 4770 | 4771 a 9540 | 9541 e mais | Prefiro não responder |
|----------------|----------|-------------|-------------|-------------|-----------------------|
| Diabéticos     | 21%      | 16%         | 22%         | 25%         | 16%                   |
| Não diabéticos | 15%      | 15%         | 27%         | 30%         | 12%                   |

Qual é o seu tipo de diabetes?

| Tipo       | Diabético tipo 1 | Diabético tipo 2 | Pre-diabetes | Não sei que tipo | Diabete gestacional |
|------------|------------------|------------------|--------------|------------------|---------------------|
| Diabéticos | 31%              | 41%              | 25%          | 3%               | 1%                  |

Há quanto tempo você foi diagnosticado?

| Tempo      | Mais de 10 anos | Menos de 10 anos | Menos de 5 anos | Menos de 1 ano | Menos de 6 meses |
|------------|-----------------|------------------|-----------------|----------------|------------------|
| Diabéticos | 37%             | 20%              | 25%             | 10%            | 8%               |

Com qual profissional de saúde você faz o tratamento?

| Profissional | Endocrinologista | Clinico geral | Cardiologista | Geriatra | Ginecologista | Outros |
|--------------|------------------|---------------|---------------|----------|---------------|--------|
| Diabéticos   | 63%              | 16%           | 9%            | 1%       | 1%            | 5%     |

Como seu diabetes se encontra hoje?

| Controle   | Bem controlado | Mal controlado | Não sei |
|------------|----------------|----------------|---------|
| Diabéticos | 62%            | 30%            | 8%      |

Base: 387 / 663

## 2 Quando você pensa em diabetes, qual a primeira palavra que lhe vem à cabeça?

**insulina** **açúcar** **dieta** **restrições** **controle**

2 **3** Quais frases você acredita que se aplicam corretamente ao diabetes?

Mitos, sobretudo ligados à dieta, persistem, e 1/4 dos respondentes não enxerga o diabetes como causa de morte

O diabetes é uma doença emocional, ligada ao estresse. **29%**

O diabetes é a elevação crônica da glicose no sangue, podendo gerar problemas em longo prazo. **96%**

O diabetes é uma doença hereditária, ou seja, a pessoa nasce com ela e pode manifestar ao longo da vida. **50%**

Existem três tipos de diabetes: tipo 1, tipo 2 e gestacional. **89%**

Pessoas com diabetes nunca podem comer açúcar. **21%**

Pessoas com diabetes são sempre dependentes de insulina. **16%**

É possível curar o diabetes somente com a dieta. **28%**

Pessoas com diabetes nunca podem tomar bebida alcoólica. **22%**

O diabetes é uma doença de início silencioso. **96%**

O diabetes pode ser considerado uma causa de morte. **78%**

Base: 387 / 663

## 14 Na sua opinião, quais os melhores alimentos para o controle do diabetes?

58% Legumes e verduras  
61% Peixes  
58% Aveia, linhaça, chia...  
56% Frutas

53% Alimentos integrais  
53% Castanhas, nozes, amêndoas  
36% Feijão, ervilha, grão-de-bico  
30% Frango

27% Carnes com pouca gordura  
19% Diet  
11% Zero calorias  
8% Leite e derivados

Alimentos naturais são associados ao melhor controle do diabetes. A avaliação mais baixa em relação às frutas pode ser atribuída à presença da frutose (açúcar)

## 15 O que você considera seu principal erro alimentar?

Como em excesso

| Erro                                  | Diabéticos | Não-diabéticos |
|---------------------------------------|------------|----------------|
| Exagero no açúcar e nos doces         | 14%        | 10%            |
| Fico muito tempo em jejum             | 14%        | 12%            |
| Alimentos industrializados            | 12%        | 10%            |
| Exagero na fritura                    | 9%         | 6%             |
| Consumo bebida alcoólica demais       | 4%         | 3%             |
| Exagero no refrigerante               | 4%         | 0%             |
| Alimentos industrializados congelados | 2%         | 3%             |
| Exagero no sal                        | 2%         | 0%             |
| Nenhum desses                         | 18%        | 10%            |

Comer demais e exceder-se no açúcar são as grandes falhas na alimentação apontadas pelos respondentes



## diversity matters

A consultoria global desenvolveu uma pesquisa quantitativa e qualitativa sobre o impacto da diversidade nos negócios da América Latina. Ilustramos o relatório de resultados deste estudo.





PROJETOS

MCKINSEY



[HTTPS://WWW.MCKINSEY.COM/  
BR/OUR-INSIGHTS/DIVERSITY-  
MATTERS-AMERICA-LATINA](https://www.mckinsey.com/br/our-insights/diversity-matters-america-latina)

# mergulha com a gente

[ESTUDIOBARBATANA.COM.BR](http://ESTUDIOBARBATANA.COM.BR)  
[@ESTUDIOBARBATANA](https://www.instagram.com/ESTUDIOBARBATANA)

Amanda Talhari  
[amanda@estudiobarbatana.com.br](mailto:amanda@estudiobarbatana.com.br)  
(41) 98440-3125

Ana Cossermelli  
[ana@estudiobarbatana.com.br](mailto:ana@estudiobarbatana.com.br)  
(11) 97313-7373

