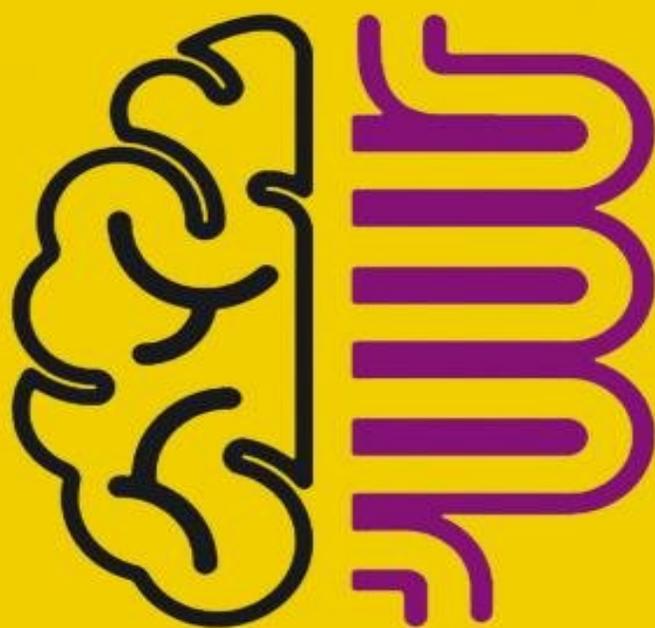


A INCRÍVEL CONEXÃO

INTESTINO CÉREBRO

DESCUBRA A RELAÇÃO ENTRE AS EMOÇÕES
E O EQUILÍBRIO INTESTINAL



Camila Rowlands



Resumo de A Incrível Conexão Intestino Cérebro. Descubra a Relação Entre as Emoções e o Equilíbrio Intestinal

"Nunca antes tinha sido revelado com tal clareza a enorme verdade que encerra o aforismo ""somos o que comemos"". Porque nunca antes tinha visto tão claramente que o medo, a ira, o amor, a felicidade, a paz do espírito, o equilíbrio emocional...

(e em definitivo, o que somos e o que vivemos) são assuntos das vísceras e que talvez, nelas habite e se expresse o esquivo subconsciente. Até há pouco tempo acreditava-se que o comando absoluto sobre o resto dos órgãos era exercido pelo cérebro, que desde o alto dirigia, por exemplo, a atividade intestinal.

Assim, o intestino era considerado pela ciência tal qual mero subordinado que acatava as ordens desse chefe todo poderoso que habita a zona nobre da torre. Contudo, hoje se sabe que o intestino tem o mesmo grau de importância que o cérebro cranial.

Isso é assim, a ponto de que se fala de um segundo cérebro e não em sentido metafórico. O intestino é, literalmente, nosso segundo cérebro."

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)