



CAMINHOS PARA O BEM-ESTAR

Jorge Martins de Oliveira

EPUB

EDITORA DE PUBLICAÇÕES BIOMÉDICAS LTDA

Resumo de Caminhos Para O Bem Estar

'Caminhos Para o Bem Estar' é um trabalho de muitos autores que em seu conjunto mostra o que o Homem Moderno exige para atingir um estado de bem estar que se confunde em sua essência com a necessidade e o desejo de ser feliz e que a felicidade consiste em ter muito mais que saúde e dinheiro.

Os temas deste livro que começa pela saúde da criança e do adolescente pré-requisito para uma vida adulta plena passam por uma apreciação da importância da nutrição da atividade física de bem dormir e de saber relaxar; analisa a relevância da sexualidade para cada ser humano bem como o significado das integrações social e familiar.

E termina com uma exigência exclusivamente humana que os demais seres vivos desconhecem: a realização profissional. E da harmônica interação entre esses fatores cada um de nós pode atingir a meta suprema enquanto hóspede transitório do Planeta Terra: a sensação de Bem-Estar e da Felicidade.

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