



helena
gayer

~~ME DIGA~~
~~QUEM EU SOU~~

UMA BIPOLAR EM BUSCA DA SANIDADE



Resumo de Me diga quem eu sou

Como num grito de alerta, Helena Gayer transmite as nuances de uma pessoa apunhalada pelo transtorno bipolar. Com crueza, minúcia e fervor, a autora narra seus mergulhos ora em depressão ora em mania e as muitas experiências por que passou, correndo risco de morte e abusos.

Ao se abrir e descrever com detalhes as inúmeras tentativas de ter uma vida normal, os episódios de completa alienação e as internações, ela deixa escapar, a cada linha, um pedido tênue, uma súplica fugaz, para que tenhamos um olhar mais apurado em direção à pessoa, não só à doença.

Helena nos apresenta um relato íntimo sobre como é viver, sobreviver e constantemente se rearranjar nessa realidade tão dura e tantas vezes negligenciada. Diagnosticada aos 21 anos, ela remove e nos mostra cada estilhaço de sua trajetória, enquanto seguimos com ela numa jornada de dor e descoberta, mas, acima de tudo, de superação.

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