

Ana Beatriz Barbosa Silva

Autora de Mentes Perigosas

Mais de 500.000 livros vendidos

mentes

ansiosas

MEDO E ANSIEDADE ALÉM DOS LIMITES



FONTANAR

Resumo de Mentres Ansiosas. Medo E Ansiedade Alem Dos Limites

Autora de Mentres Perigosas, Mentres e Manias e Mentres Inquietas, o novo livro da Dra Ana Beatriz Barbosa fala sobre os transtornos causados pelo medo e a ansiedade, e como esses sentimentos podem tomar conta da vida das pessoas, transformando seu cotidiano.

Em Mentres Ansiosas, Barbosa faz uso de sua experiencia clinica para explicar o que acontece quando a ansiedade e o medo extrapolam os limites da normalidade e como e possivel superar os disturbios que eles provocam.

O livro oferece explicacoes claras e ferramentas eficazes para a compreensao das origens da ansiedade e do medo e o enfrentamento do que pode vir a ser o grande inimigo: as preocupacoes incessantes que teimam em assolar a mente humana.

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