

NAIARA MAGALHÃES | JOSÉ ALBERTO DE CAMARGO

NÃO É COISA DA SUA CABEÇA

O que você precisa saber sobre **ANSIEDADE**,
DEPRESSÃO e outros **TRANSTORNOS EMOCIONAIS**
que atingem uma em cada três pessoas



Resumo de Não É Coisa da Sua Cabeça

Doenças como depressão, ansiedade generalizada, síndrome do pânico, TOC, abuso de álcool e drogas ilícitas, bipolaridade, esquizofrenia e mal de Alzheimer atingem uma em cada três pessoas ao longo da vida.

Para fornecer informações sobre esses distúrbios ainda pouco diagnosticados e tratados, afastando a noção equivocada de que as doenças da mente não passam de fraqueza, frescura, falha de caráter ou “invenção da cabeça das pessoas”, os autores apresentam aqui um guia acessível a todos os interessados no assunto.

A partir do relato de sujeitos que superaram ou estão se recuperando de um transtorno emocional, a obra ajuda a identificar a linha que separa as inconstâncias normais do ser humano das desordens psíquicas.

E, com o apoio de trinta dos maiores especialistas do país na área de saúde mental, explica como se originam os transtornos emocionais, os sintomas através dos quais eles se manifestam, os tratamentos disponíveis no SUS e nos serviços particulares, as perspectivas de cura e controle, dicas de como a família pode ajudar a contornar o problema e o que fazer para se prevenir de doenças desse tipo.

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