

**A**

---

# Ansiedade

---

TÉCNICAS DE  
AUTO-AYUDA  
PARA SUPERAR A  
ANSIEDADE E O ESTRESSO

**Romão A. Cole**

*Gamma*

# Resumo de Ansiedade. Tecnicas De Auto-Ajuda Para Superar A Angustia E O Estresse

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