

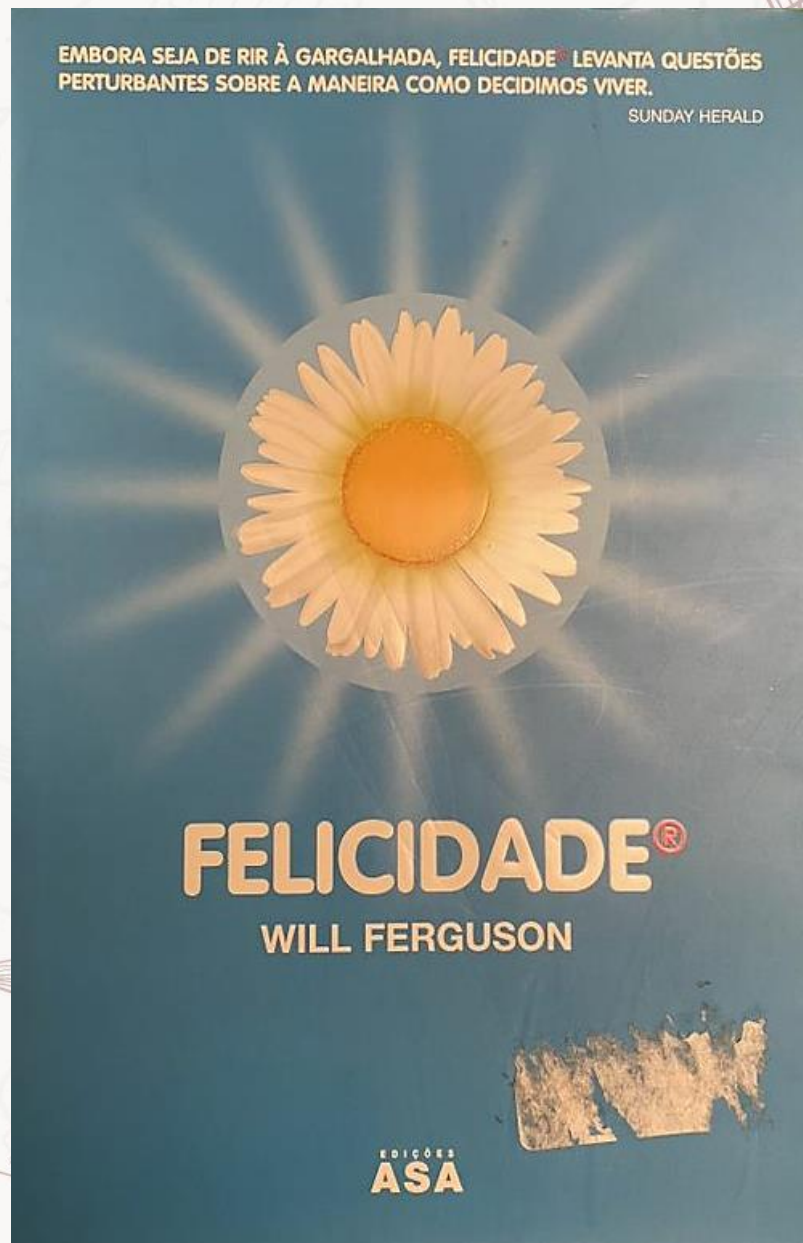
Saúde e Bem Estar

**para a Mente
para a Família
para o Corpo
História e Atualidade
Livros técnicos**

Saúde e Bem Estar

para a Mente





Felicidade

ISBN: 9789724132778

Sinopse:

Qual é a ligação entre cartéis de droga, álcool e tabaco e Edwin de Valu, o enfadonho e nervoso funcionário de segunda da editora americana Panderic Press? Porque é que a violência desapareceu das ruas, os centros de desintoxicação estão às moscas e o MacDonaldis serve alfafa? Como é que toda a gente parece tão feliz?

Quando um volumoso manuscrito de auto-ajuda aterra na secretária de Edwin, o seu destino parece ser o caixote do lixo. O cinismo de Edwin relativamente a livros de auto-ajuda, associado ao seu estado de espírito nessa mesma manhã, resulta na recusa da publicação do livro *O que Aprendi na Montanha*, de Tupak Soiree. Todavia, o problema é que aquele trambolho é único e absolutamente incomparável - é um livro de auto-ajuda que funciona verdadeiramente - dá-se início a uma cadeia de acontecimentos com consequências dramáticas e inesperados.

Coleção – o pequeno livro

ISBN:

Sinopse:

1. O pequeno livro da Alegria e do Riso
2. O pequeno livro da Angústia e do Medo
3. O pequeno livro da Vida
4. O pequeno livro da Tristeza e da Lágrima
5. O livrinho das Energias
6. O livrinho da Lua



Um Livro para Todos os Dias

ISBN: 9789898145406

Sinopse:

Um Livro Para Todos os Dias foi o primeiro livro publicado pelo Planeta Tangerina. Em 2012, e respondendo aos pedidos de muitos leitores, *Um Livro Para Todos os Dias* está de volta, com um formato um pouco maior, mas ainda assim suficientemente maneirinho para se trazer na carteira ou arrumar a um canto da mesa de cabeceira. Porque este pode bem ser o livro certo para ter à mão em momentos SOS: é, como o título diz, um livro para todos os dias. Para dias desesperados, dias esperançosos, dias inesquecíveis ou dias banais. E como todos bem sabemos: os dias não estão para modas

Um Livro Para Todos os Dias é um livro para leitores de todas as idades: a todos vem lembrar que "há dias e dias. Dias que não são dias. E melhores dias hão de vir". Assim seja.

Recomendado por Gulbenkian / Casa da Leitura.





Felicidade: Um Trabalho Interior

ISBN: 9789724132778

Sinopse:

Como outras coisas boas da vida, a verdadeira felicidade só ocorre como resultado de uma busca permanente. Este é o paradoxo da felicidade. Só se consegue alcançar através de muita luta, e, com frequência, através de muita dor. John Powell sugere dez exercícios através dos quais podemos ter êxito na busca da felicidade.

ANSIEDADE

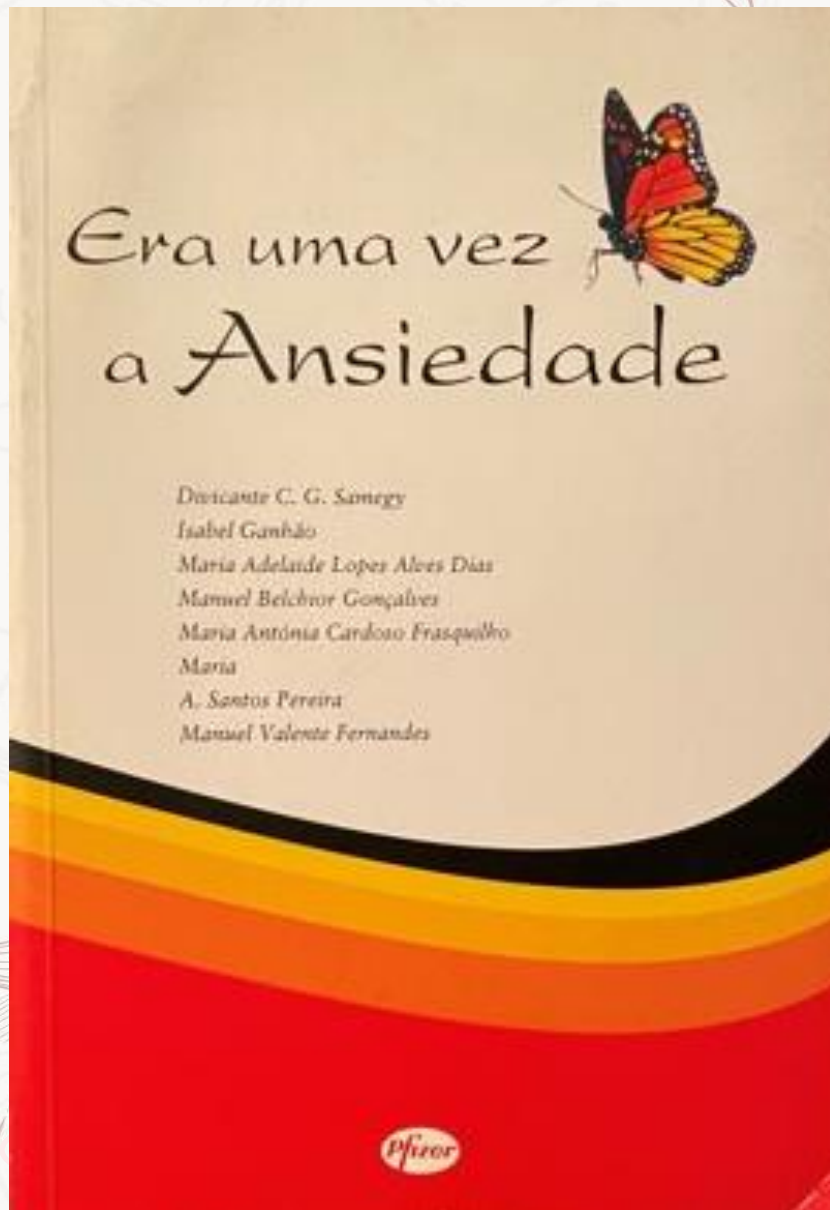
100 PERGUNTAS
MAIS FREQUENTES

Ansiedade: 100 perguntas mais frequentes

ISBN:

Sinopse:

....



Era uma vez a ansiedade

ISBN: 9000000000008

Sinopse:

Indisponível

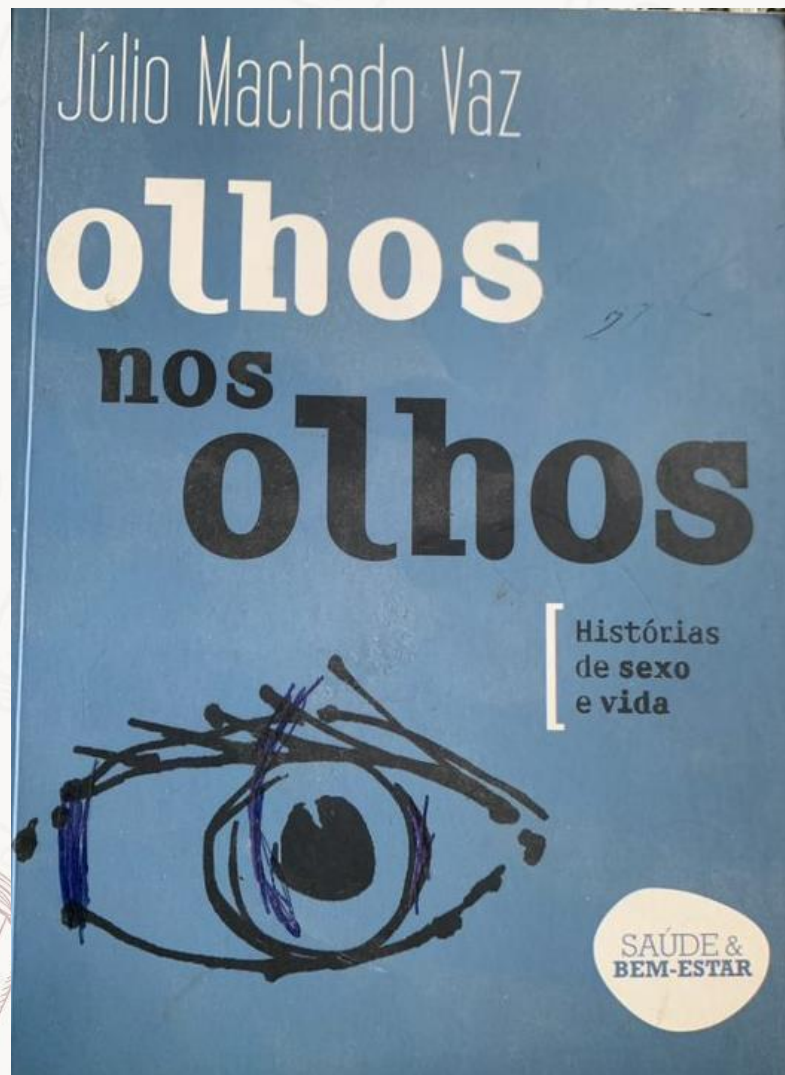


Afecto e emoção

ISBN: 9789724016573

Sinopse:

As emoções têm um papel central no paradigma psicanalítico e os afectos são vistos como emoções que compreendem ideias. Este livro examina como a psicanálise pode iluminar os aspectos emocionais e afectivos do nosso ser. Usando exemplos do dia-a-dia, esta obra descreve as maneiras como as experiências precoces podem influenciar as nossas capacidades emocionais e como os padrões de relacionamento se tornam intrínsecos e repetitivos, muitas vezes inconscientemente.



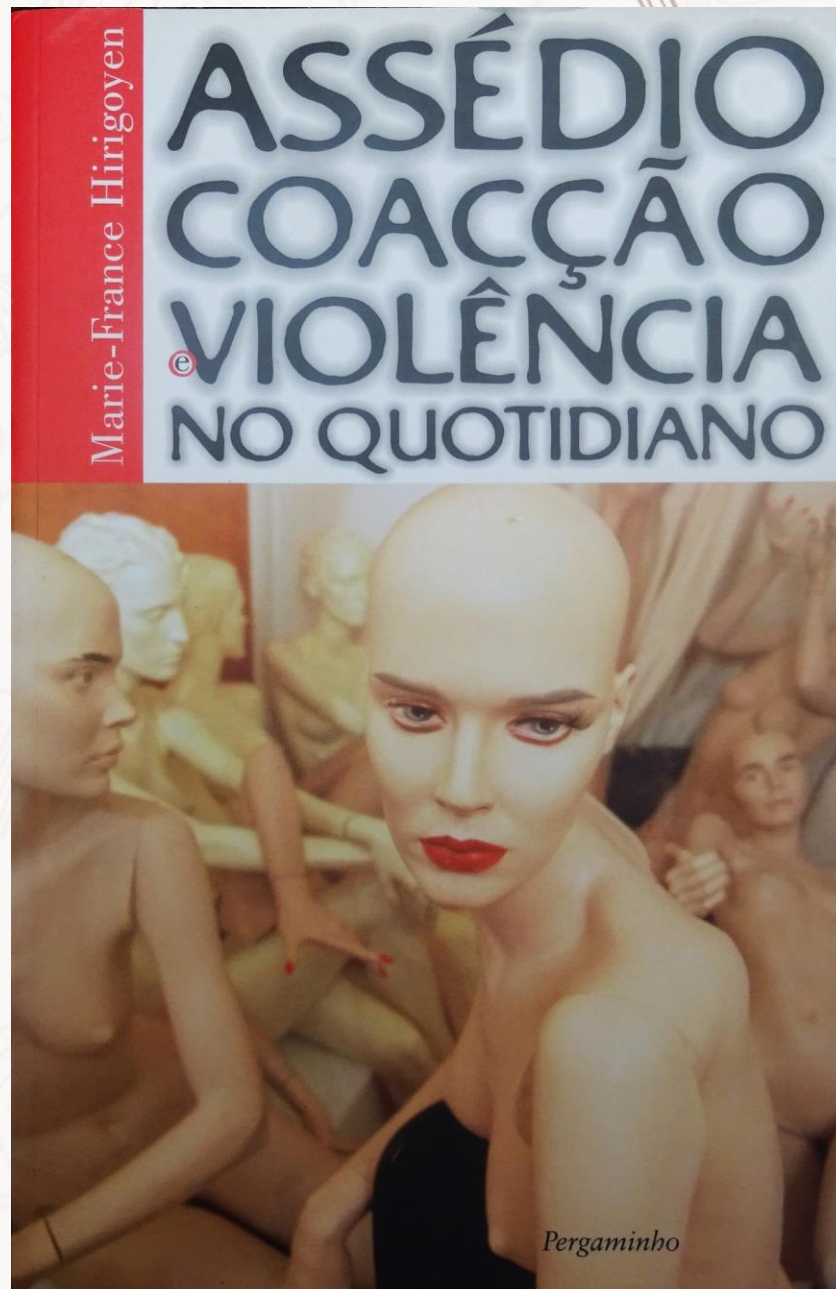
Olhos nos olhos - histórias de sexo e vida

ISBN: 9789722025324

Sinopse:

Um novo livro do psiquiatra e sexólogo Júlio Machado Vaz, que reúne um conjunto de histórias sobre o lado íntimo da sexualidade, sobretudo a feminina.

Ao arrepio da tradição, como o próprio JMV afirma: "Poderá parecer estranho que muitas vozes sejam de mulher. Afinal, dentro e fora da Igreja, o discurso obsessivo sobre o sexo da tradição ocidental foi, com raríssimas exceções, monopólio dos homens."

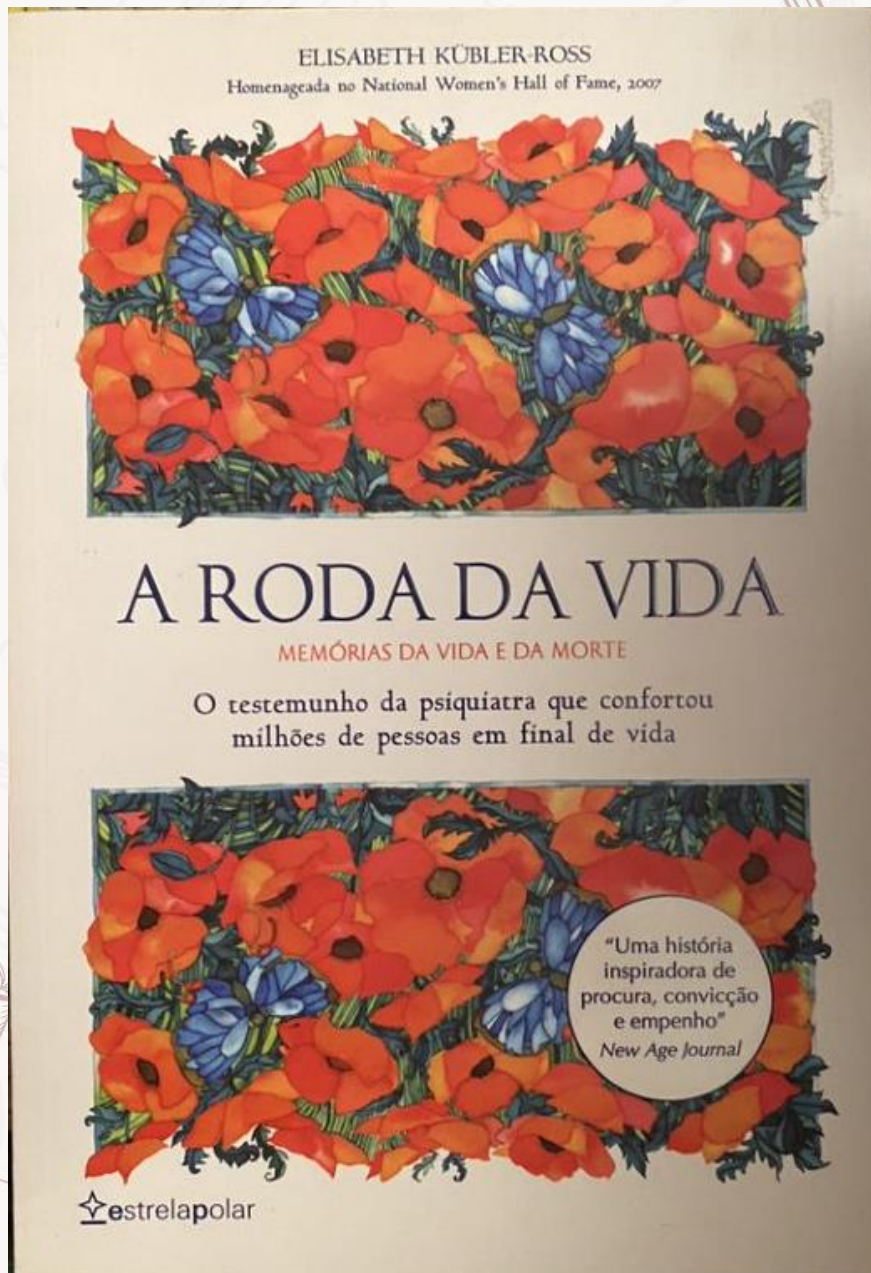


Assédio, Coacção e Violência no Quotidiano

ISBN: 9789727112647

Sinopse:

Pela primeira vez uma psicoterapeuta em vitimologia analisa e leva a público a violência moral existente e cada vez mais presente no nosso quotidiano. Destinado a todos aqueles que não desejam permanecer indiferentes face a este problema social de abuso de poder e manipulação perversa. Marie-France Hirigoyen é psiquiatra, psicanalista e psicoterapeuta familiar. Esta sua obra desencadeou já inúmeros debates e programas nas televisões e rádios francesas.

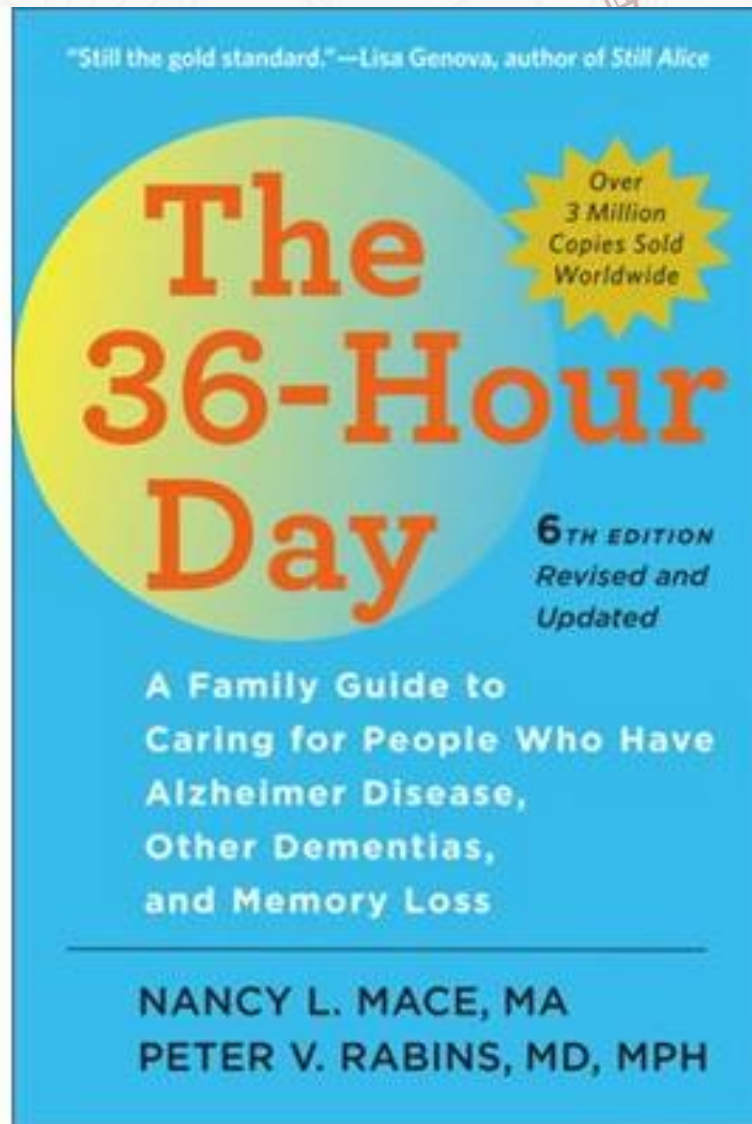


A Roda da Vida

ISBN: 9789728929886

Sinopse:

A Dra. Elisabeth Kübler-Ross foi a mulher que modificou a forma como o mundo ocidental encara a morte e o morrer. Kübler-Ross levou conforto e compreensão a milhões de pessoas, que tinham de lidar com as suas próprias mortes, ou com as mortes dos seus entes queridos. Aos setenta e um anos, quando enfrentava a sua própria morte, esta terapeuta de renome mundial conta, em *A Roda da Vida: Memórias do Viver e do Morrer*, a história do seu extraordinário percurso, neste que será o seu último livro. Tendo ensinado ao mundo a morrer melhor, sugere agora uma lição sobre o viver melhor. A história da sua vida é uma aventura emotiva - poderosa, controversa e inspiradora: uma herança à altura de uma vida realizada.



The 36-Hour Day : A Family Guide to Caring for People Who Have Alzheimer Disease, Other Dementias, and Memory Loss

ISBN: 9789725766347

Sinopse:

Through five editions, The 36-Hour Day has been an essential resource for families who love and care for people with Alzheimer disease. Whether a person has Alzheimer disease or another form of dementia, he or she will face a host of problems. The 36-Hour Day will help family members and caregivers address these challenges and simultaneously cope with their own emotions and needs. Featuring useful takeaway messages and informed by recent research into the causes of and the search for therapies to prevent or cure dementia, this edition includes new information on * devices to make life simpler and safer for people who have dementia* strategies for delaying behavioral and neuropsychiatric symptoms* changes in Medicare and other health care insurance laws* palliative care, hospice care, durable power of attorney, and guardianship* dementia due to traumatic brain injury* choosing a residential care facility* support groups for caregivers, friends, and family members The central idea underlying the book-that much can be done to improve the lives of people with dementia and of those caring for them-remains the same.

On the Job With HEARING LOSS

Hidden Challenges. Successful Solutions.

BONUS!
FREE 15 Minute
Phone Consultation
\$29 Value

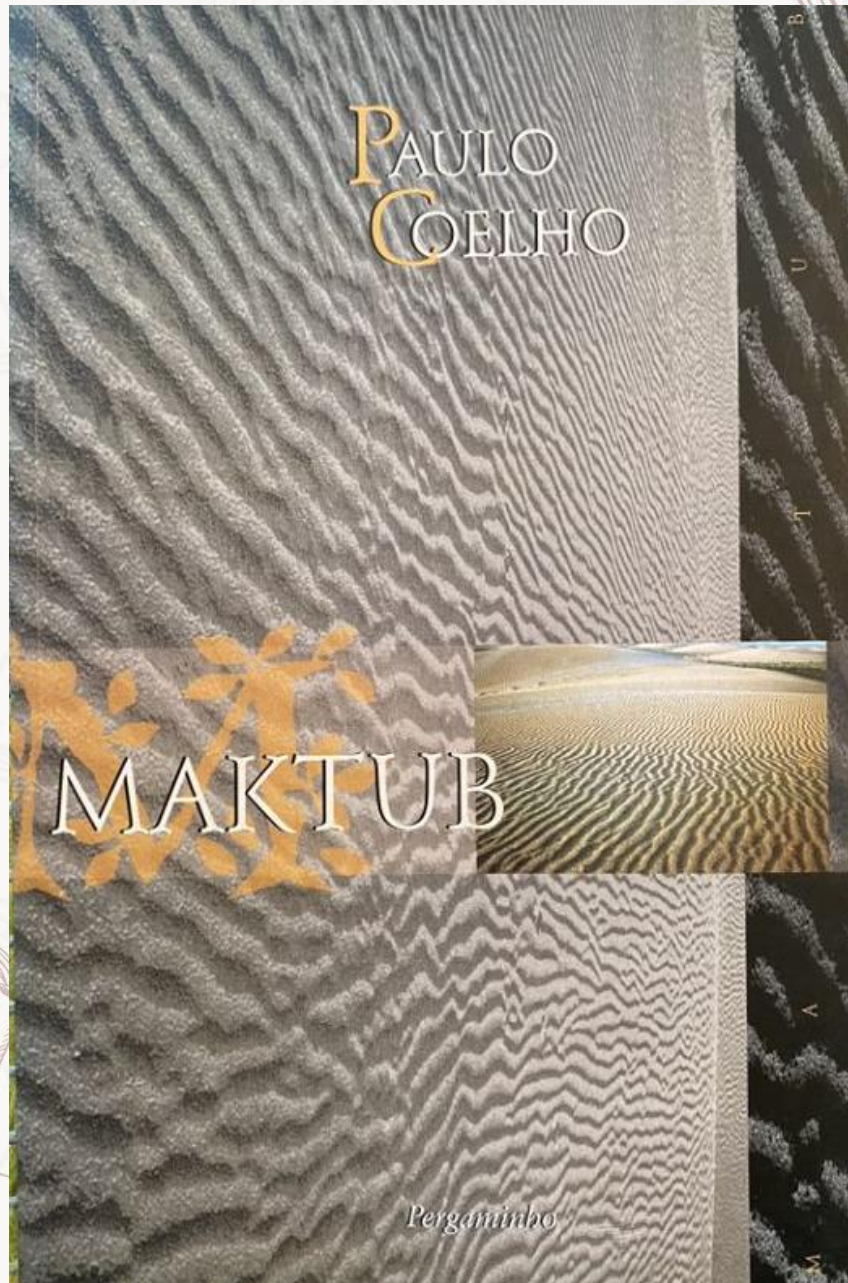
Rebecca Morris

On the Job with Hearing Loss: Hidden Challenges Successful Solutions

ISBN: 9781600372698

Sinopse:

This work takes a comprehensive look at the hidden challenges of hearing loss and practical solutions that can overcome the barriers.



Maktub

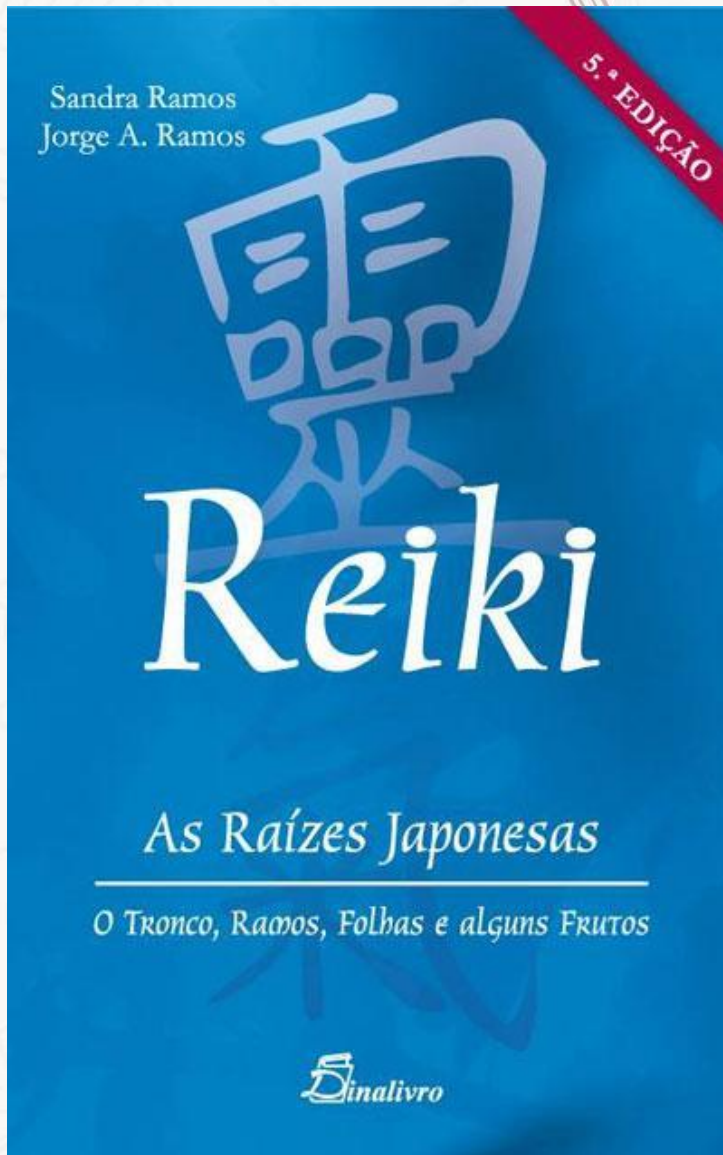
ISBN: 9789727111565

Sinopse:

Este volume reúne os textos que foram publicados no espaço de um ano na Folha de São Paulo. São pequenos textos que refletem sobre as lições do grande Mestre do Autor e sobre pequenas parábolas de outras fontes. O Autor compara-se, modestamente, a um tecelão. Mas o certo é que elaborou, artesanalmente, um tecido multifacetado, colorido, maleável no vestir.

Leia, folheie, releia, medite. Pois encontrará, nestas páginas, caminhos viáveis para a sua trajetória pessoal.



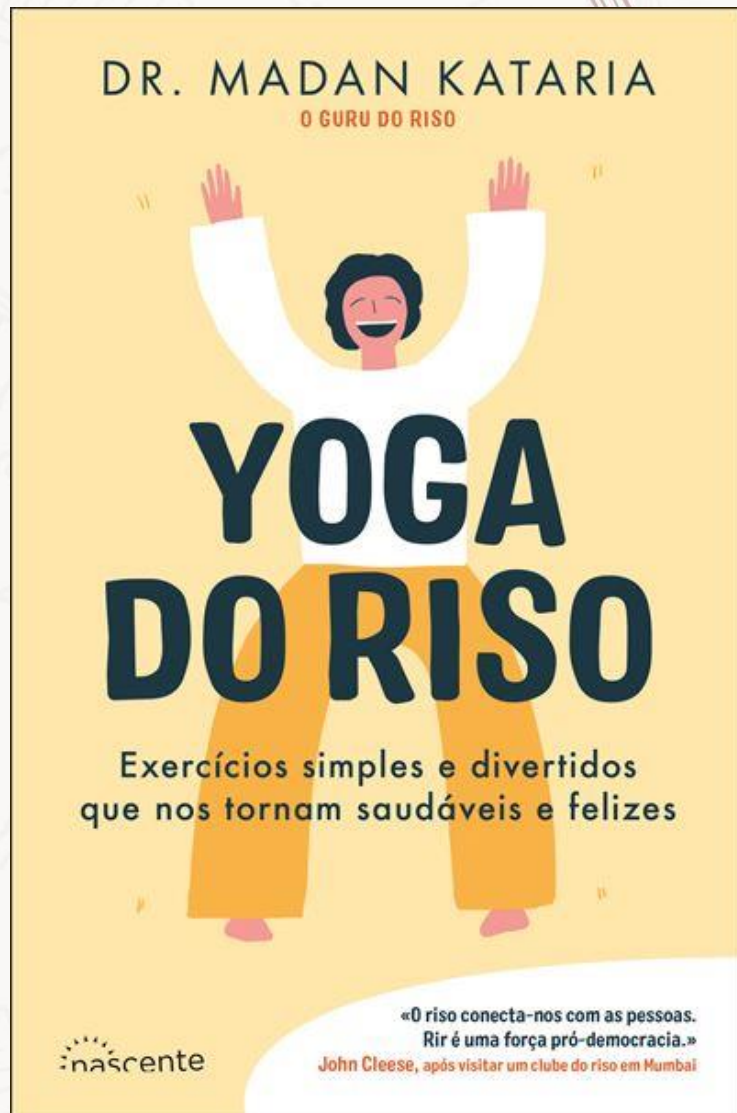


Reiki – As Raízes Japonesas

ISBN: 9789725766347

Sinopse:

Este bestseller, que atinge agora a 5.^a edição, desmistifica a história do Reiki e examina pormenorizadamente os seus princípios fundadores. Além de descrever - com texto e imagens - as diversas formas de realizar tratamentos, o livro aborda uma plêiade de outros tópicos, desde a influência do Budismo Tendai na criação dos símbolos do Reiki até às características distintivas das técnicas concebidas pelo próprio Mikao Usui, muitas das quais só recentemente chegaram ao Ocidente. Incluindo excertos de entrevistas com prestigiados mestres de Reiki, a obra vai ao encontro das expectativas de todos aqueles que desejam aprender esta terapia nipónica ao mesmo tempo que satisfaz a curiosidade dos leitores interessados em descobrir a sua própria espiritualidade.



Yoga do Riso

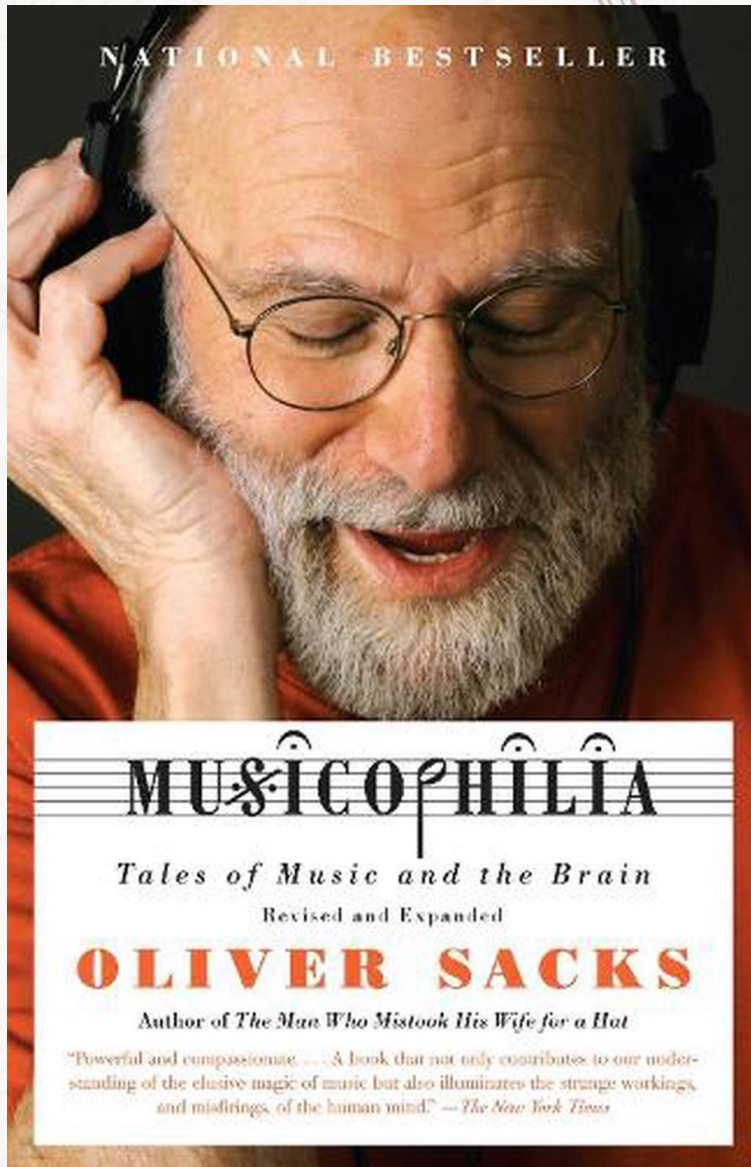
ISBN: 9789896689629

Sinopse:

Sabia que o corpo não é capaz de distinguir um riso real de um riso provocado? Rir sem ter nenhuma razão para o fazer é o conceito e a filosofia que sustentam o yoga do riso. Mesmo que pense que não tem motivos para rir ou que não tem um sentido de humor apurado, este livro dá-lhe a conhecer um método garantido para aumentar o riso na sua vida.

Esta prática consiste numa extraordinária sequência de exercícios que combinam a respiração yogi com o riso, sendo a ferramenta ideal para garantir um bem-estar integral. Não só ajuda a prevenir doenças como também pode contribuir para a cura de problemas de saúde crónicos, tanto físicos como mentais.

«O riso conecta-nos com as pessoas. Rir é uma força pró-democracia.»
John Cleese, após visitar um clube do riso em Mumbai

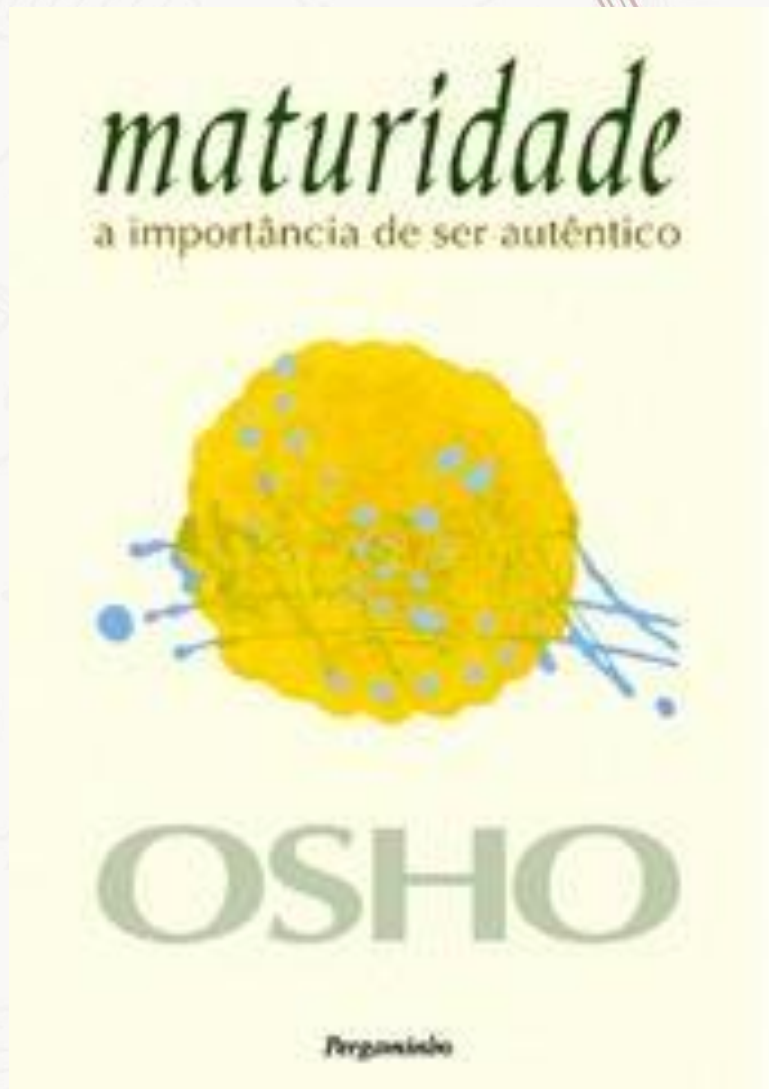


Musicophilia - tales of the music and the brain

ISBN:9781415942666

Sinopse:

Music can move us to the heights or depths of emotion. It can persuade us to buy something, or remind us of our first date. It can lift us out of depression when nothing else can. It can get us dancing to its beat. But the power of music goes much, much further. Indeed, music occupies more areas of our brain than language does-humans are a musical species. Oliver Sacks's passionate, compelling tales of people struggling to adapt to different neurological conditions have fundamentally changed the way we think of our own brains, and of the human experience. In MUSICOPHILIA, he examines the powers of music through the individual experiences of patients, musicians, and everyday people.



Maturidade: a importância de ser autêntico

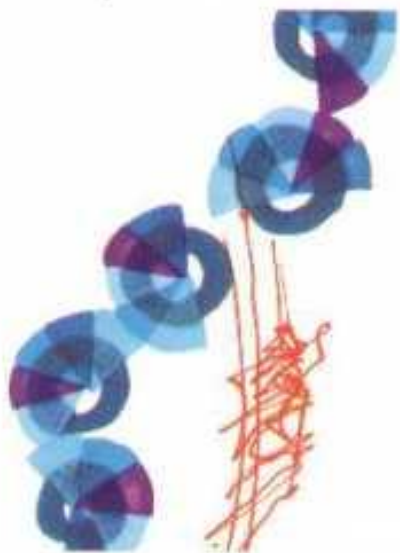
ISBN: 9789727115082

Sinopse:

Numa cultura apaixonada pela juventude e decidida a evitar o envelhecimento a todo o custo, este livro tem a ousadia de levantar uma questão que se tornou tabu na era do Viagra e da cirurgia plástica: quais são as vantagens de se aceitar o processo de envelhecimento? Ao longo destas páginas, Osho leva-nos à descoberta do que significa crescer, em vez de simplesmente envelhecer. Recorda-nos que há prazeres que só a maturidade nos permite desfrutar, tanto ao nível da nossa relação com os outros como no que diz respeito à realização do nosso destino. Com o seu conhecido sentido de humor, mas também com uma profunda compreensão da complexidade do ser humano, Osho demonstra como nos viemos progressivamente a afastar da realização do nosso eu mais profundo e do verdadeiro sentido da maturidade – atingir a compaixão e a sabedoria.

intuição

conhecer para além da lógica



OSHO

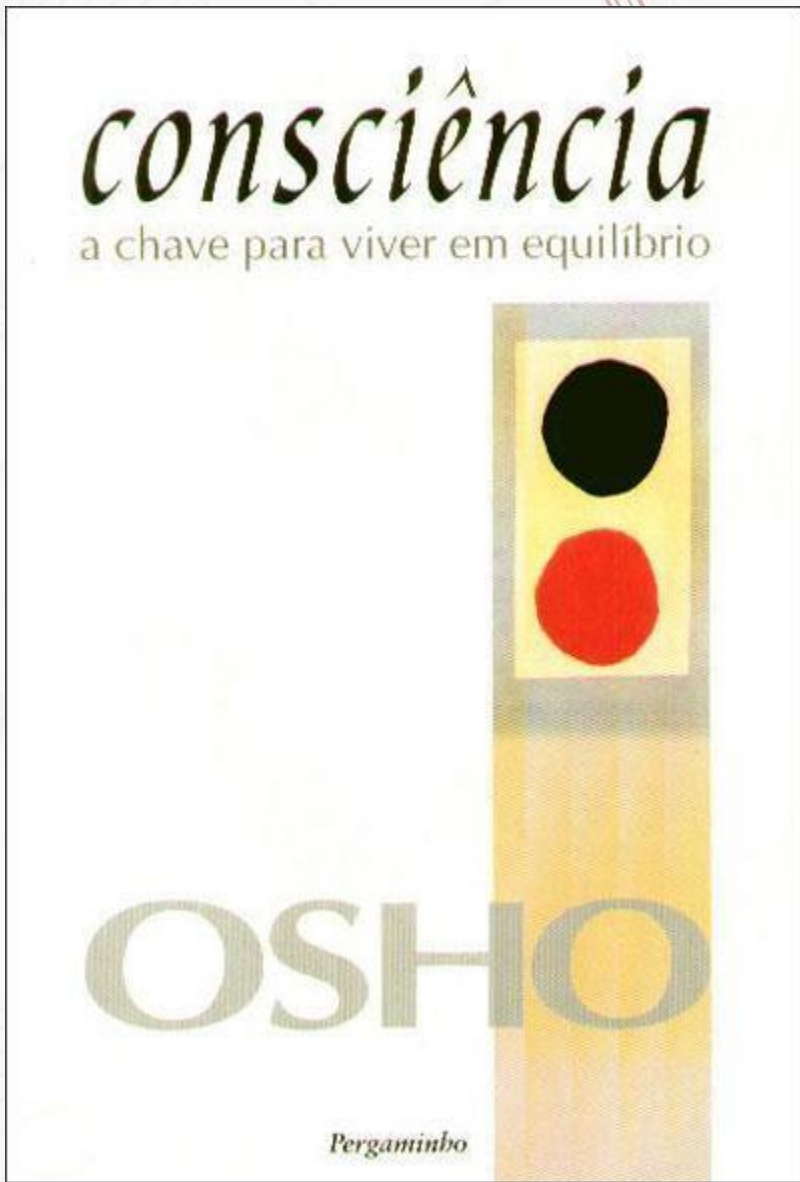
Pergaminho

Intuição: conhecer para além da lógica.

ISBN: 9789727113217

Sinopse:

O que é a intuição? Será um dom que se possui à nascença ou que nunca se poderá vir a adquirir? Será uma capacidade que todos possuem e que pode ser ensinada com métodos e técnicas específicas? Osho acredita que todos nascemos com intuição, mas que, à medida que vamos crescendo, vamos perdendo esse dom natural. A educação, o meio ambiente, os constrangimentos da sociedade encorajam-nos desde crianças a ser bem comportados e obedientes, e a dar mais valor à segurança do que à descoberta de coisas novas. Assim a maior parte de nós está aprisionada nos limites do pensamento lógico. A intuição é a percepção directa da realidade, sem projecções dos preconceitos e das crenças da mente. É a visão pura e plena, uma forma de conhecer para além da lógica. Ao longo destas páginas, Osho salienta a importância de nos libertarmos dos limites da lógica e do pensamento analítico e ensina-nos a recuperar a nossa intuição, para que cada um possa descobrir uma nova forma de sentir e de pensar.

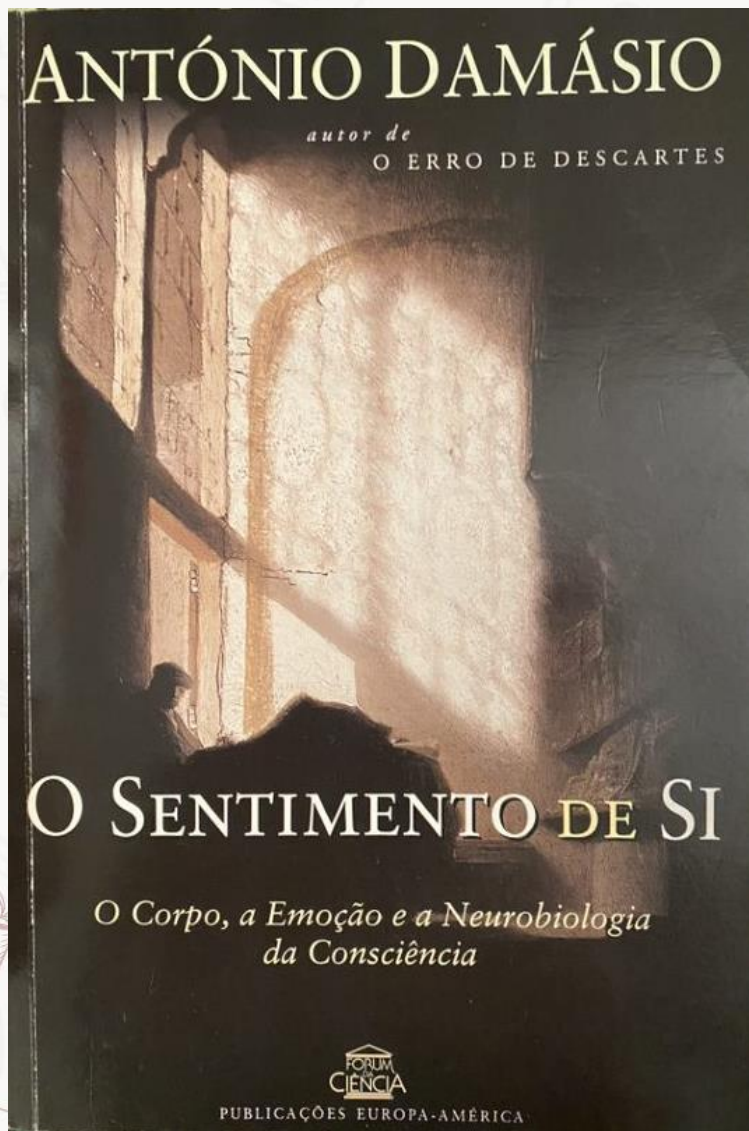


Consciência a chave para viver em equilíbrio

ISBN: 9789727112494

Sinopse:

Subjacente a todas as técnicas de meditação está a capacidade de estar desperto e atento a cada momento - aquilo a que Osho chama consciência. Se soubermos identificar e compreender esta capacidade, encontraremos a chave para a mestria de todos os aspectos da vida. Todos os grandes mestres espirituais, como Buda e Lao-Tse, afirmam que a maior parte dos homens vive numa espécie de sonambulismo, sem prestarem atenção ao que fazem, sem terem consciência do que os rodeia e sem conhecerem as suas motivações mais profundas. A consciência, segundo Osho, é a chave para alcançar a liberdade. Neste livro, ele ensina a dinamizar a consciência para viver de forma mais atenta e cuidadosa, fazendo de cada momento uma iluminação.

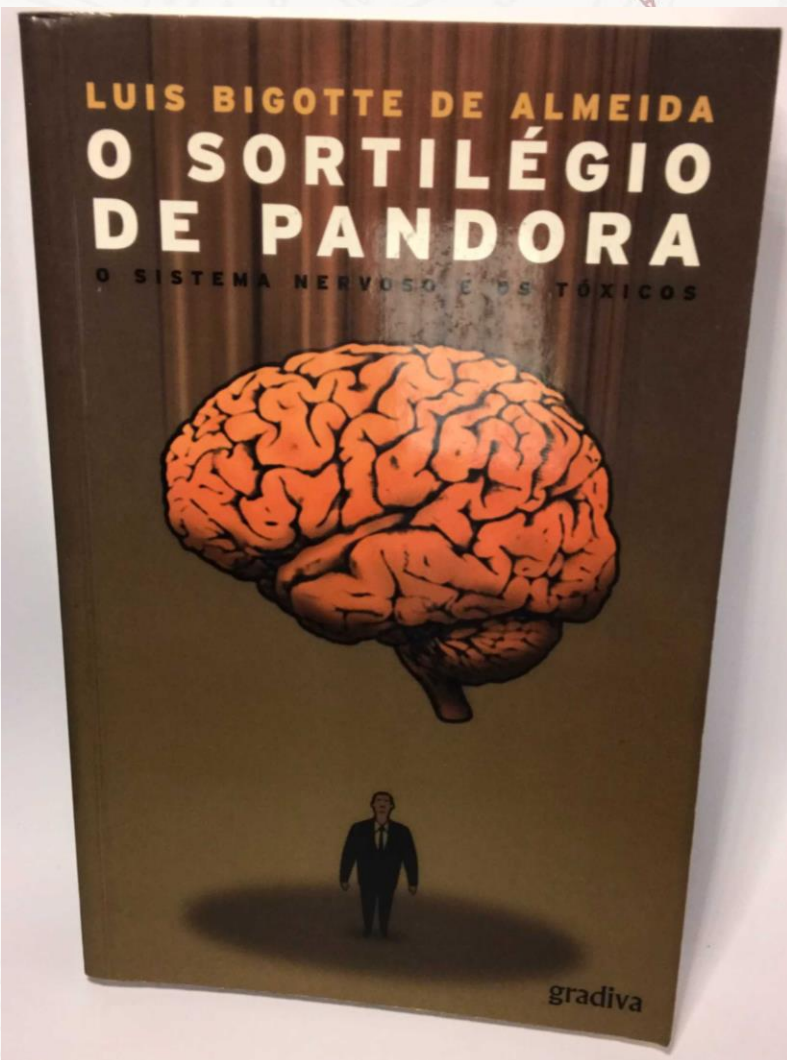


O Sentimento de Si

ISBN: 9789896442279

Sinopse:

«Estou hoje convencido que a distinção entre emoção e sentimento, a que dou tanto valor em *O Sentimento de Si*, não foi apenas muito útil para entender a neurofisiologia destes distintos fenómenos mas é também indispensável para compreender o alcance biológico dos sentimentos e o facto de que a experiência mental — e não apenas o respetivo substrato neural — tem, em si mesma, um papel importante a desempenhar na regulação da vida. Sem a possibilidade da experiência mental dos estados do corpo que os sentimentos nos proporcionam, não nos seria possível concentrar a atenção em certos problemas e em certas opções de resposta de modo a aceitar ou formular as melhores alternativas e de forma a rejeitar as menos boas.»



O Sortilégio de Pandora

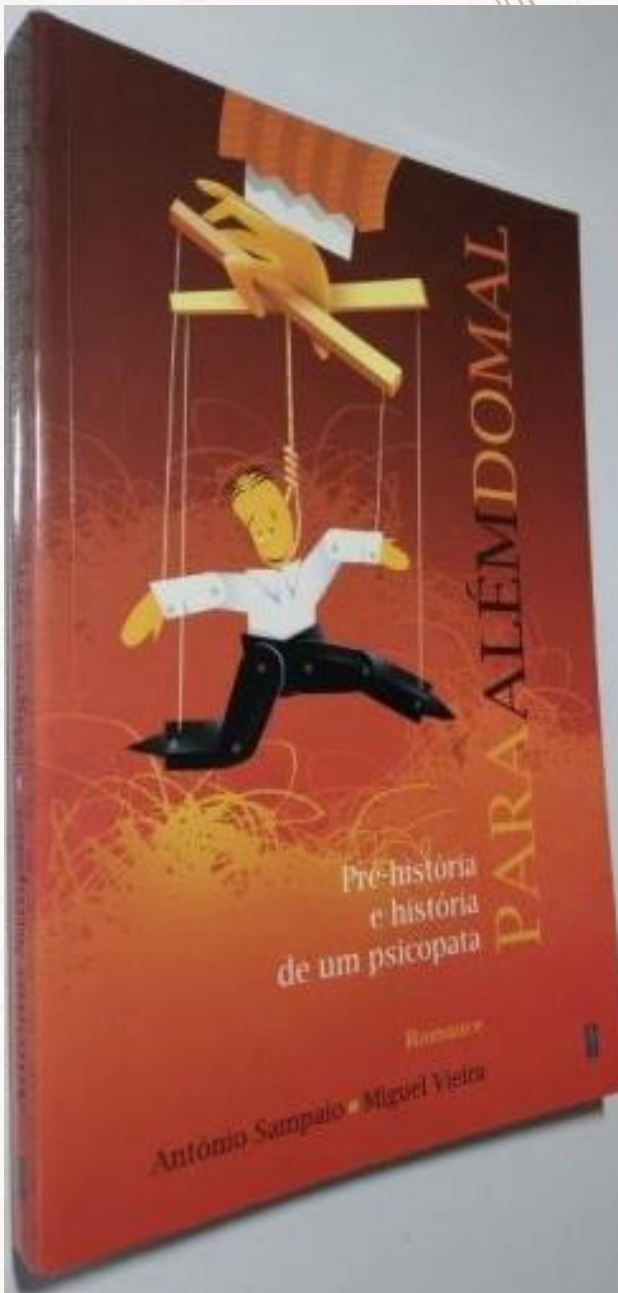
O sistema nervoso e os Tóxicos

ISBN: 9789896160012

Sinopse:

Neste texto sintetizam-se conhecimentos fundamentais sobre a toxicidade para o sistema nervoso de produtos variados, muitos dos quais de uso corrente. Permitindo uma fácil consulta temática, percorrem-se em viagem breve todas as áreas da neurotoxicologia, a um ritmo que permite a iniciação ao tema ou a sua rápida revisão:

- Os neurotóxicos na indústria, agro-pecuária e alimentação;
- Os efeitos acessórios de medicamentos no sistema nervoso;
- As plantas e os animais com venenos neurotóxicos;
- Os tóxicos para os nervos usados em guerra química;
- As drogas de uso recreativo que causam dependência.



Para Além do Mal

Pré-História e História de um Psicopata

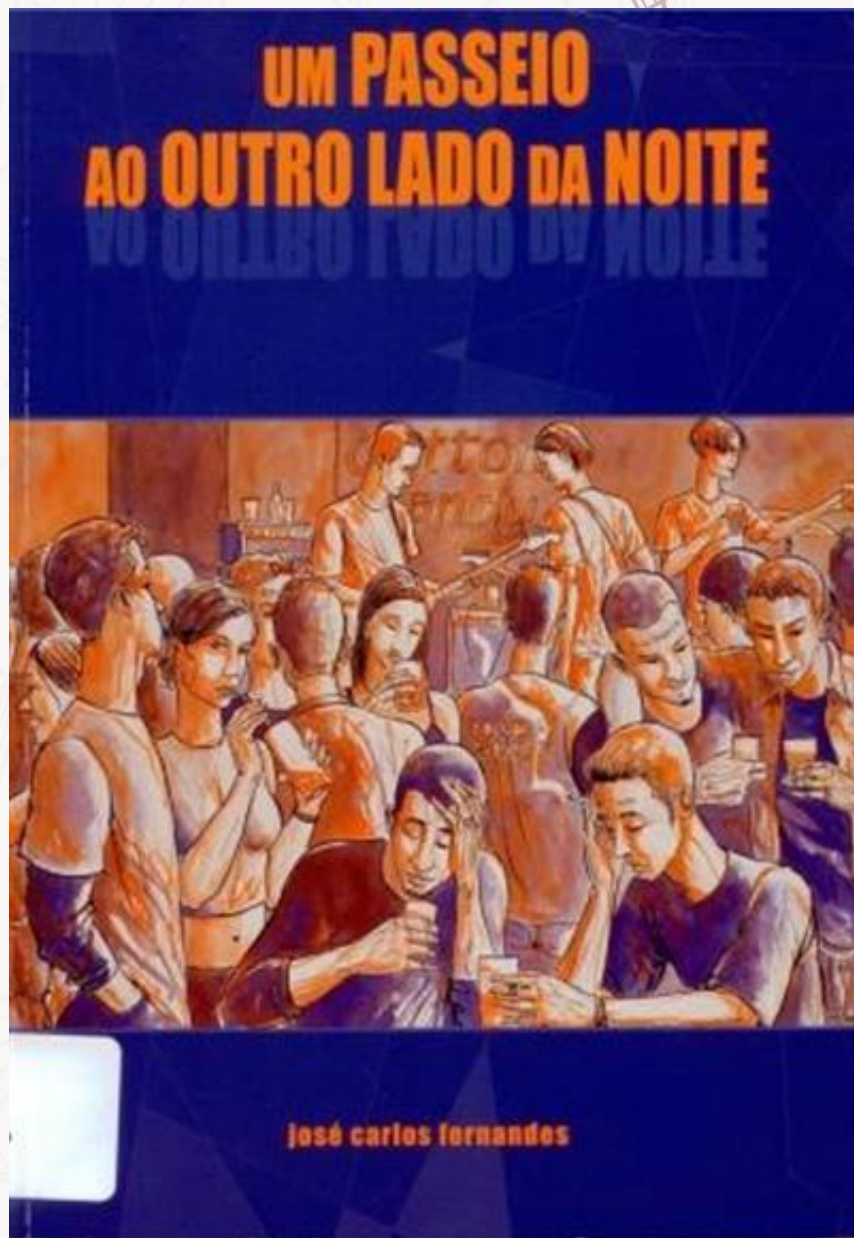
ISBN: 9789728721923

Sinopse:

Obra de ficção escrita por um psiquiatra (António Sampaio) e um enfermeiro (Miguel Vieira). Com base nos seus conhecimentos e nas suas experiências na área das perturbações mentais, os autores sugerem neste livro a génese do "psicopata".

Os comportamentos anti-sociais dos "psicopatas" têm inspirado escritores e realizadores que, não raras vezes, se debruçam sobre a arquitectura inteligente e perversa de tais comportamentos.

Nesta obra, o que interessou aos autores foi explicar a génese de comportamentos que, não tendo que ser necessariamente anti-sociais, revelam uma origem quase não-humana. *Para Além do Mal* é uma tese sobre como pode ser gerado e criado um homem não-homem. Na origem deste "psicopata" estão complicados factores familiares e sociais que os autores denunciam.

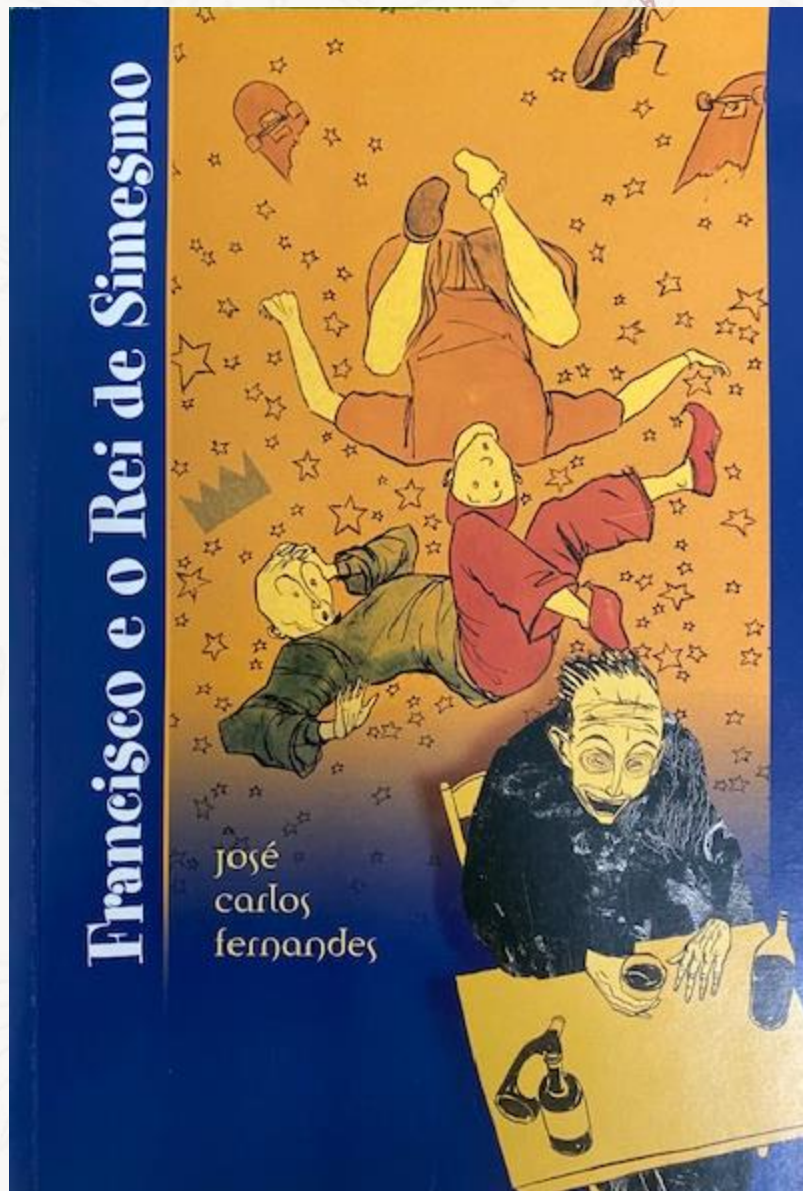


BD Um passeio do outro lado da noite.

ISBN: -

Sinopse:

Nas últimas décadas do séc. XX, fruto da internacionalização dos hábitos de beber, da globalização de atitudes para o consumo e da mudança de comportamento face à procura de prazer e novas sensações, assiste-se a um aumento do consumo de cerveja e de bebidas destiladas. Quando a normalidade é ditada pelo grupo e todas as experiências são aliciantes, compreende-se as razões de uma alcoolização mais precoce, a preferência pelas bebidas de maior teor alcoólico e a aproximação dos padrões feminino e masculino de beber. Utilizando as potencialidades da "9.ª arte" e graças ao talento de José Carlos Fernandes, surge assim "Um passeio ao outro lado da noite", como uma forma de facultar conhecimentos sobre o uso de bebidas alcoólicas, as suas implicações e riscos inerentes e elucidar sobre opções futuras de estilos de vida mais saudável.



BD Francisco e o Rei de Simesmo

ISBN:

Sinopse:

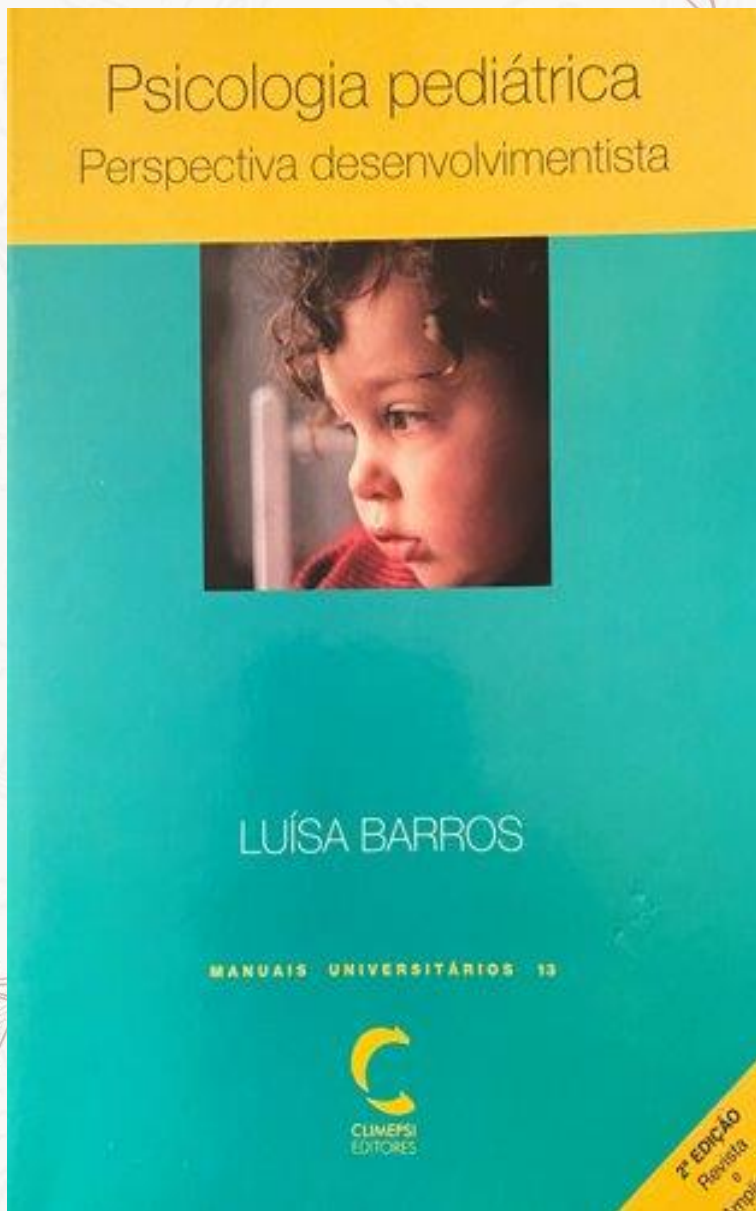
...



Saúde e Bem Estar

para a Família



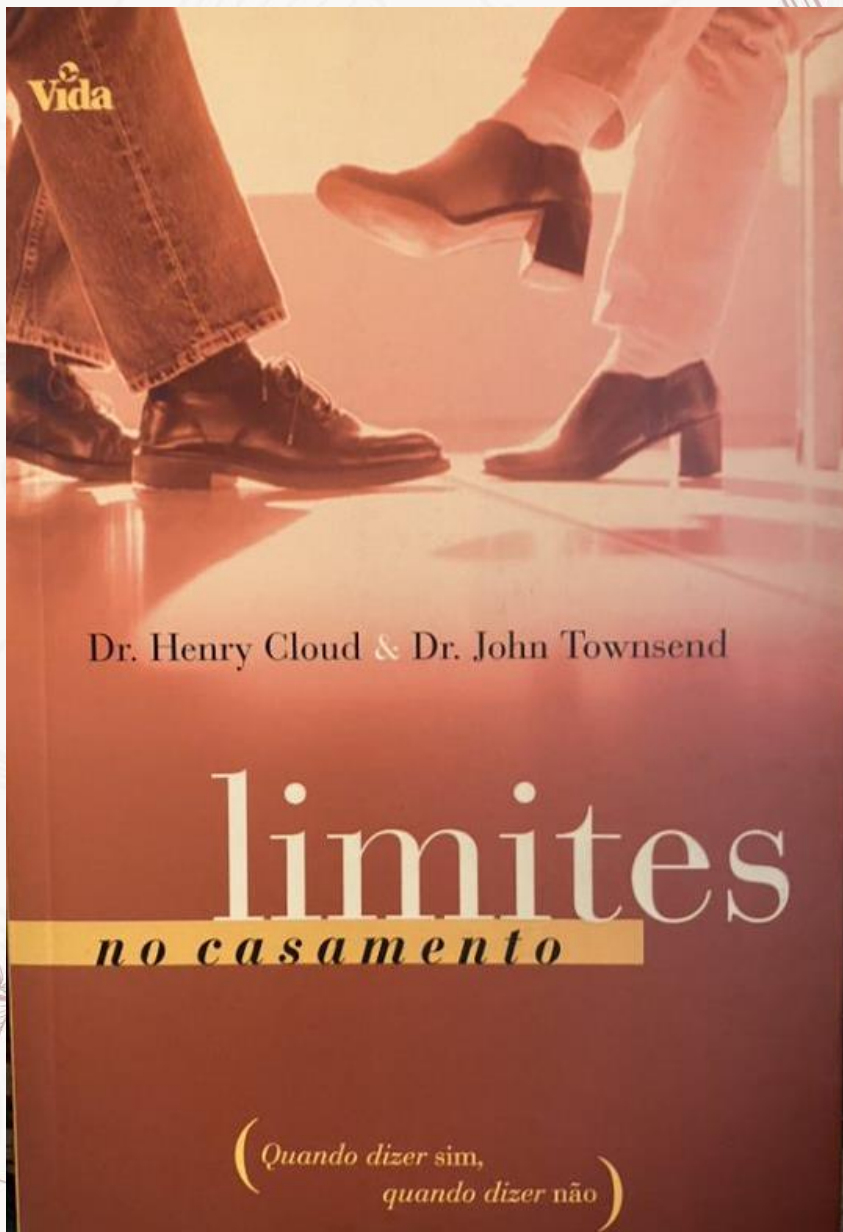


Psicologia Pediátrica - Perspectiva Desenvolvimentista

ISBN: 9789727960811

Sinopse:

A Psicologia Pediátrica é hoje uma especialidade inovadora, criativa e necessária. Entre nós começa ainda a dar os primeiros passos, com o entusiasmo e as dificuldades habituais no trilhar de novos caminhos. Este trabalho pretende ser uma contribuição para a definição desta nova área de intervenção como parte integrante de serviços de saúde pediátrica eficazes e de qualidade, e um estímulo à formação e investigação.



Limites no casamento

ISBN: 9788573675375

Sinopse:

Este livro explora duas vidas que se unem numa só carne: esse é o ideal de casamento. Entretanto, talvez a teoria seja mais fácil que a prática. Como enfrentar e superar os problemas? Como fazer para manter a comunicação transparente e sincera? Como resolver as diferenças e encarar as necessidades de cada um?

Esta obra de Henry Cloud e John Townsend pode até salvar um casamento à beira do fracasso, bem como ajudar a melhorar uma relação já estabilizada.

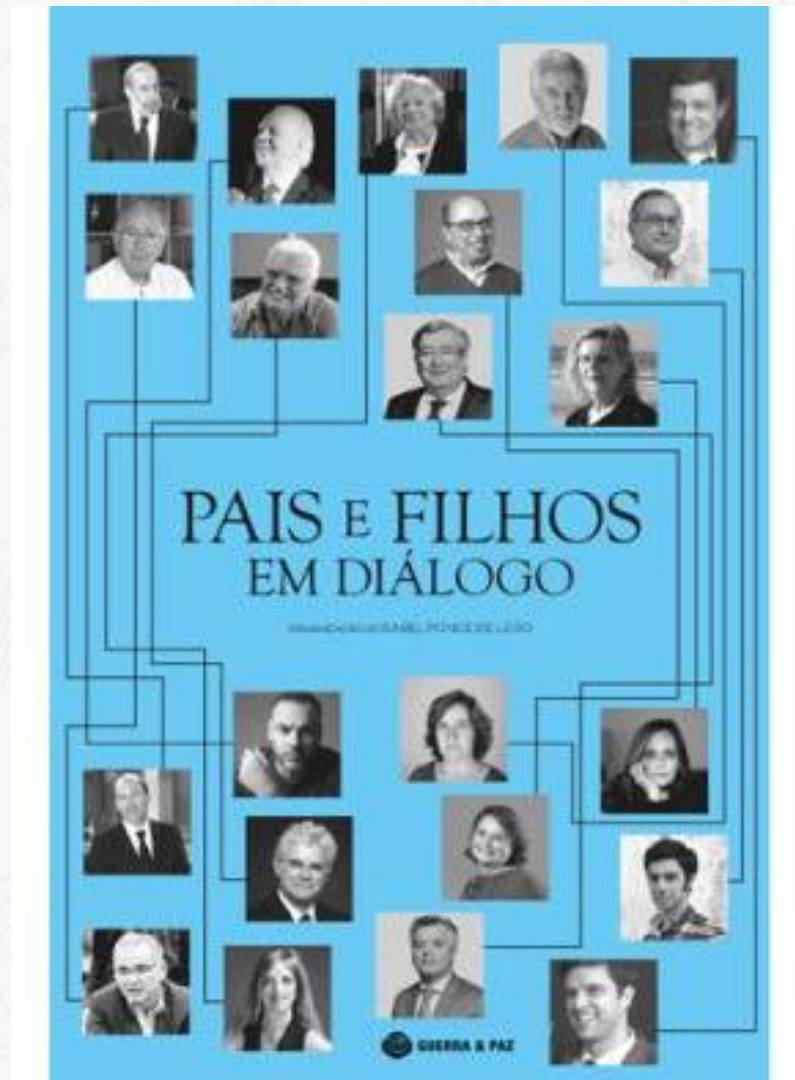
Pais e Filhos em Diálogo

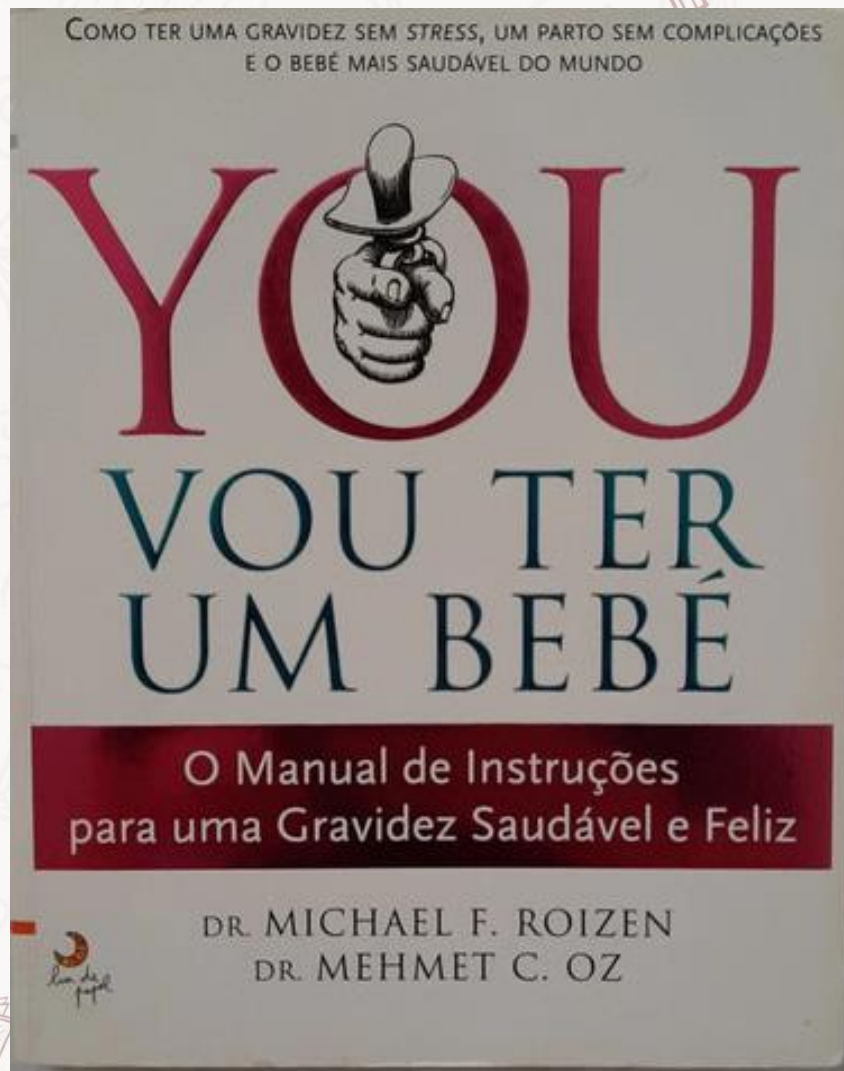
ISBN: 9789897022937

Sinopse:

Publicando conversas de pais e filhos, a presente obra procura sublinhar a importância dos laços familiares na sociedade portuguesa. Pais e filhos, figuras públicas, dialogam abertamente e mostram-nos uma faceta mais íntima das relações familiares do século XXI, relações que, aos poucos, foram ultrapassando o chamado «choque geracional» de décadas anteriores, para se tornarem em espaços de diálogo.

Neste livro, o leitor passa a ser um ouvinte privilegiado de conversas como a de Álvaro Siza Vieira e Álvaro Leite Siza Vieira, Carlos do Carmo e Gil do Carmo, Diogo Freitas do Amaral e Filipa Amaral, Eunice Muñoz e António Munhoz, Mónica Baldaque e Lourença Baldaque, entre outras. Pais e Filhos em Diálogo surge de uma ideia de José da Cruz Santos, e é uma cabal demonstração de que a família continua a ser um pilar de uma sociedade que, passados tempos conturbados, a tende a reabilitar, erigindo como bandeiras o amor e a ética, cúmplices da luta diária.



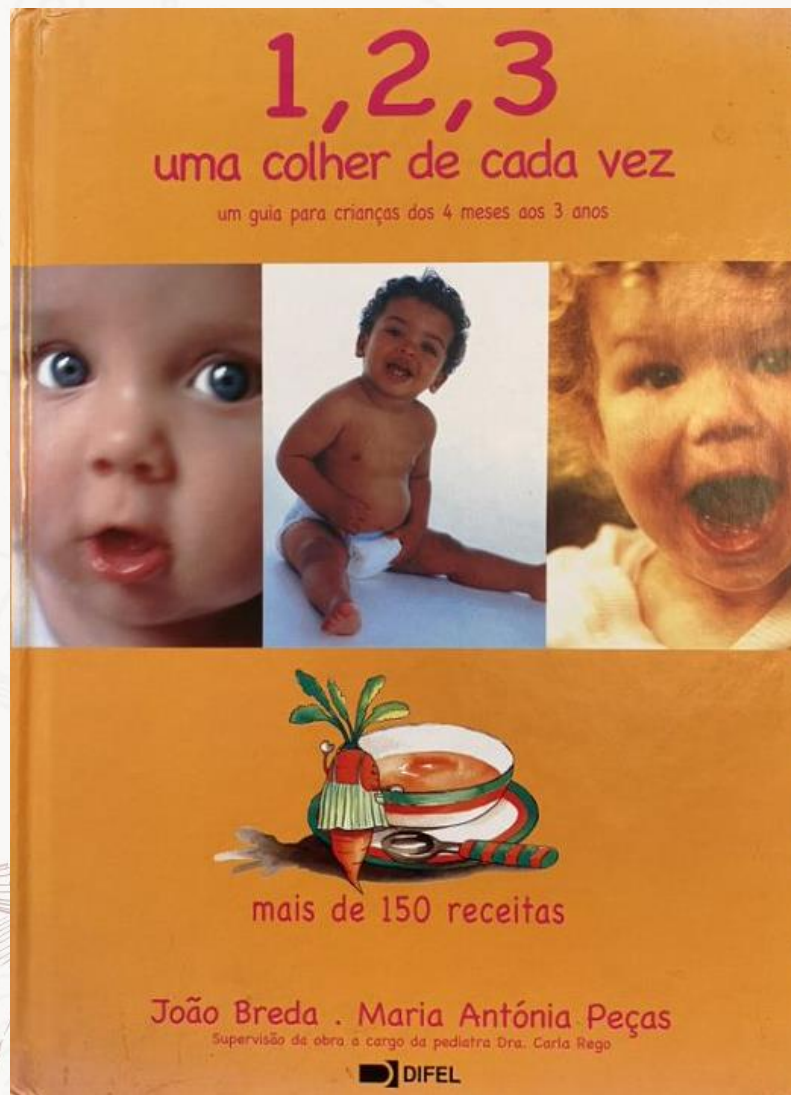


You - Vou Ter um Bebê O Manual de Instruções para uma Gravidez Saudável e Feliz

ISBN: 9789892310398

Sinopse:

Uma mulher grávida é uma caixinha de perguntas ambulante. À medida que o bebê vai crescendo na barriga, as dúvidas disparam incontrolavelmente. E não é para menos. As hormonas entram em auto-gestão e aquela coisa linda, que aos poucos desperta para a vida, já começa a fazer das suas: ainda no útero, já diz à futura mamã o que ela deve e não fazer. Michael F. Roizen e Mehmet C. Oz decidiram responder a todas as suas dúvidas. Em YOU - Vou Ter um Bebê, eles vão acompanhá-la antes, durante e depois da gravidez.



1, 2, 3 Uma Colher de Cada Vez

ISBN: 9789722906739

Sinopse:

«Todos os pais desejam o melhor para os seus filhos. A alimentação é fundamental. Escolha com cuidado tudo aquilo que comem.

Para uma alimentação mais correta e diversificada, elaborámos um guia de orientações nutricionais com mais de 180 receitas para crianças com idades compreendidas entre os 4 meses e os 3 anos, dividido pelas etapas consideradas mais relevantes em função das possibilidades de introdução dos alimentos.

Com um pouco de organização, alguma criatividade e a ajuda deste guia, qualquer mãe ou pai conseguirá facilmente preparar, cozinhar e mesmo congelar refeições para um mês inteiro - em apenas uma ou duas horas - e ficar com tempo livre para os seus filhos em vez de o gastar na cozinha.

Mais de 180 receitas de fácil confeção que proporcionam às crianças uma alimentação saudável e segura.»



O Livro do Bebê Feliz

ISBN: 9789722516778

Sinopse:

Este livro pode ser a sua salvação!» é uma citação do Daily Telegraph, mas bem poderia ter sido dita pelos milhares de mães que puseram em prática os conselhos e rotinas da Gina Ford e recuperaram a tranquilidade. Aqui, uma das mais respeitadas enfermeiras de obstetrícia do Reino Unido faz um levantamento de todos os problemas comuns durante o primeiro ano de vida e apresenta as respectivas soluções, discute a preparação para o nascimento e a criação de rotinas ideais para o bebê (alimentação, sono, brincar). O seu segredo é simples e espantoso: uma estratégia desenvolvida ao longo de anos de investigação e de experiência. Quando posta em prática, os Bebés da Gina" dormem a noite toda desde tenra idade, alimentam-se de forma regulada e é menos provável que sofram de cólicas. E também os pais se sentem calmos e satisfeitos!



Truques Milagrosos Para o Seu Bebê

ISBN: -

Sinopse:

Indisponível.



Primeiras Competências do Bebê

ISBN: 9789895502981

Sinopse:

As quarenta e oito actividades lúdicas que este livro sugere ajudam os pais a desfrutar ao máximo o tempo que passam com o bebé, enquanto o ajudam a desenvolver as suas primeiras competências físicas, psicológicas e sociais.

Com apenas uma “Hora Dourada” por dia de actividades lúdicas estruturadas, os pais vão poder acompanhar o progresso do bebé a cada mês.



Mãe, Vamos Cozinhar!

ISBN: 9789897691676

Sinopse:

TODOS COM A MÃO NA MASSA! (e a barriga cheia de coisas deliciosas)

É unânime: todas as crianças adoram ajudar os crescidos na cozinha, e a verdade é que cozinhar pode muito bem ser um dos programas mais divertidos para fazer em família. Com o livro Mãe, Vamos Cozinhar! de Leonor Cício, autora do bestseller Mãe, Quero Mais!, o que não faltarão são receitas originais, divertidas e saudáveis para pais e filhos fazerem em conjunto. Dos snacks gulosos, como as gomas, às bebidas e refeições, o livro inclui o passo-a-passo de dezenas de receitas, incluindo entradas e sobremesas, além de muitas dicas e sugestões. Com imagens e fotografias apelativas, Mãe, Vamos Cozinhar!, além de ser um livro de fácil consulta e indicado para crianças de todas as idades, é sem dúvida um livro muito apetitoso!

AUGUSTO CURY

Maria, *a maior educadora da História*

Dez princípios que Maria utilizou para educar o menino Jesus



Maria, a Maior Educadora da História

ISBN: 9789722034456

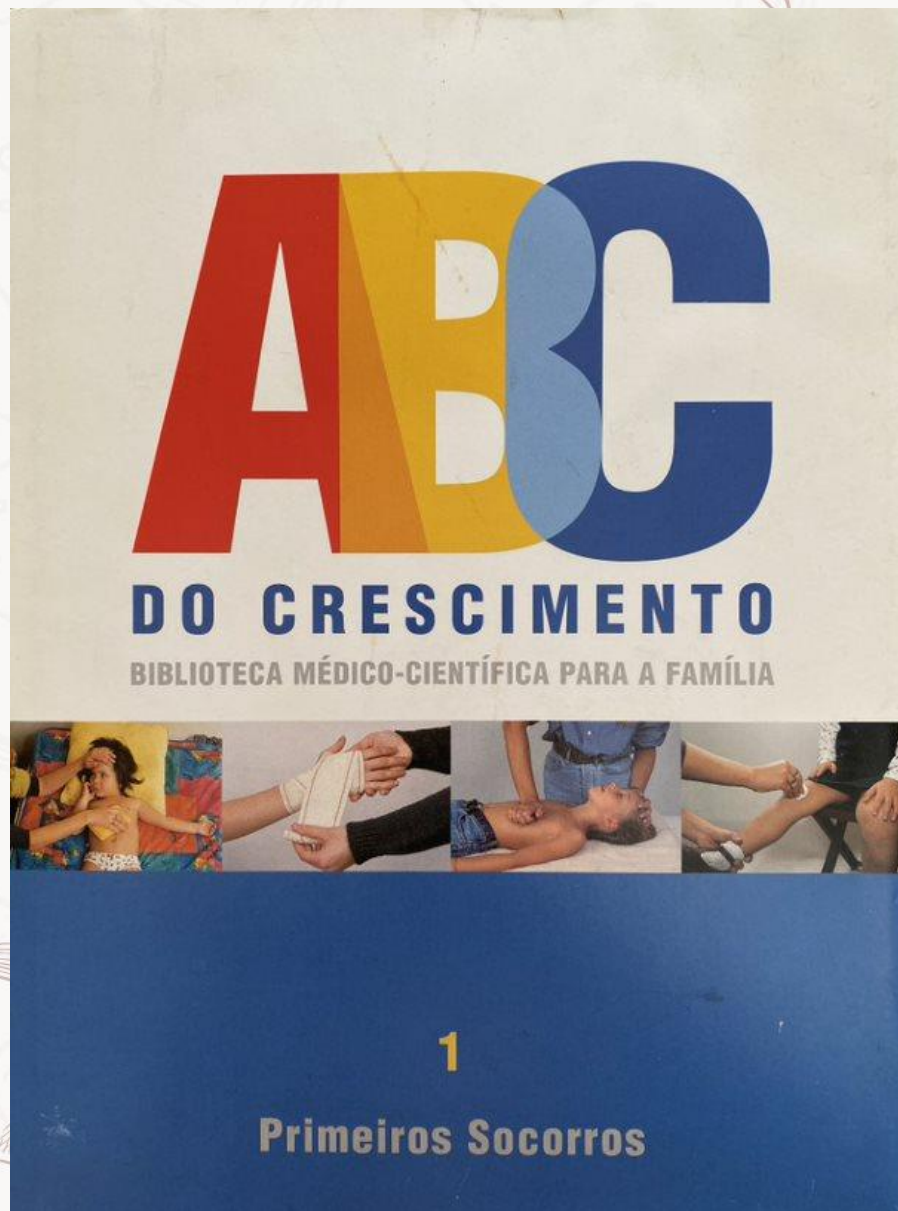
Sinopse:

Educar é viajar no mundo do outro sem nunca penetrar nele. É usar o que pensamos para nos transformar no que somos. O maior educador não é o que controla, mas o que liberta. Não é o que aponta os erros, mas o que os previne. Não é o que corrige comportamentos, mas o que ensina a reflectir. Não é o que observa apenas o que é tangível aos olhos, mas o que vê o invisível. Não é o que desiste facilmente, mas o que estimula sempre a começar de novo.

Um bom educador abraça quando todos rejeitam; anima quando todos condenam; aplaude os que nunca subiram ao pódio; vibra com a coragem de disputar dos que ficaram nos últimos lugares. Não procura o seu próprio brilho, mas faz-se pequeno para tornar os seus filhos, alunos e colegas de trabalho grandes.

Que educador daria conta desta missão?

Este livro é uma visão da psicologia, psiquiatria e pedagogia sobre a mulher mais famosa e desconhecida da História.



ABC do crescimento

Volume 1 – Primeiros Socorros

ISBN: -

Sinopse:

Indisponível.

Saúde e Bem Estar

para o Corpo



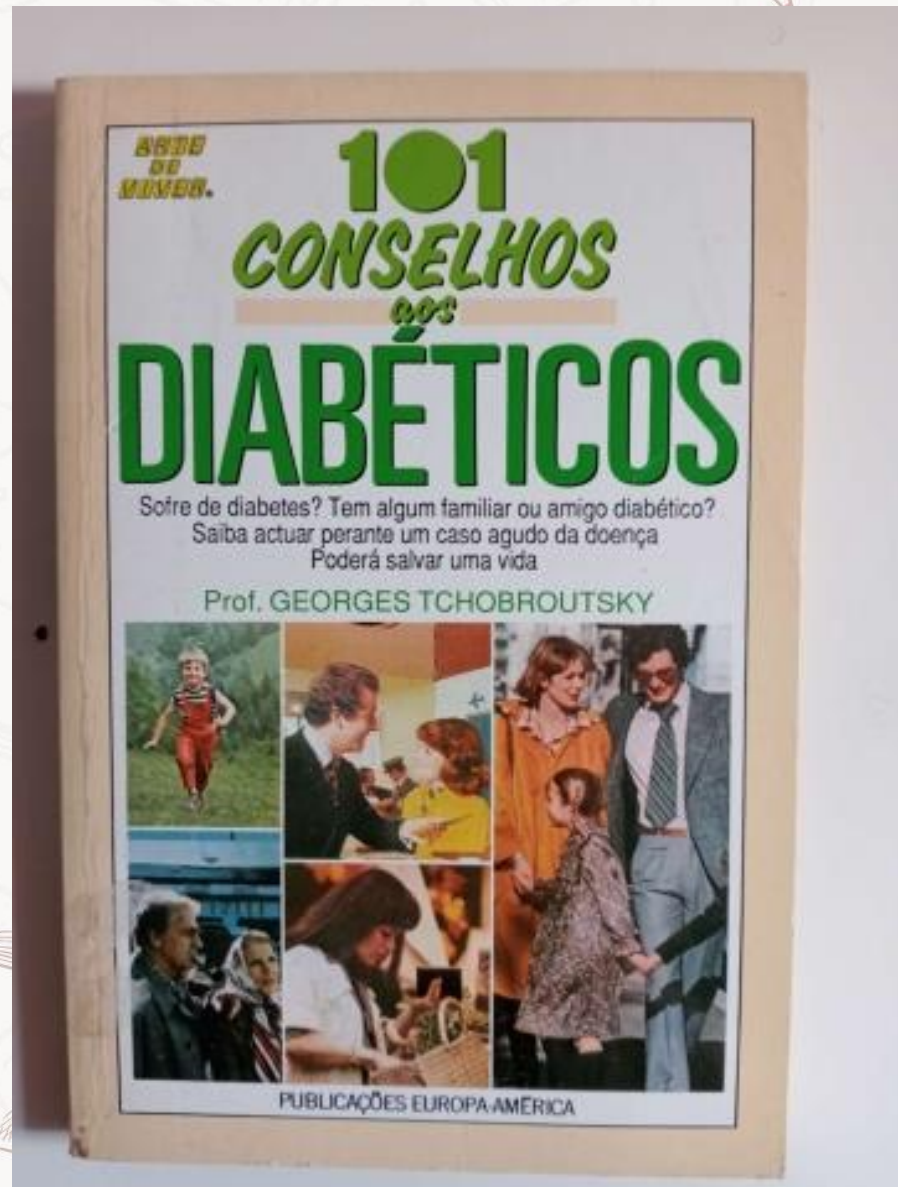


Mexa-se pela sua saúde

ISBN: 9789722024822

Sinopse:

Guia prático de atividade física e emagrecimento para todos.



101 Conselhos aos Diabéticos

ISBN: 9789721000070

Sinopse:

O diabético sente-se habitualmente um indivíduo limitado na sua actuação diária pelos cuidados que tem de tomar com a sua doença e pelas constantes obstruções que esses cuidados representam na sua vida quotidiana normal.

Como conjugar, pois, os jantares de negócios com uma dieta adaptada à sua doença? Que profissões poderá exercer sem pôr em perigo a vida? Como actuar quando surgem subitamente perturbações que acompanham a diabetes?

A estas questões e muitas outras responde o Prof. Tchobroutsky, explicando a origem da diabetes e fornecendo pistas de actuação, tanto para os doentes como para os seus familiares.



O livro do coração

ISBN: 9789722905909

Sinopse:

É o primeiro livro do mais reconhecido cardiologista português. Descubra tudo sobre o seu coração e como ser o seu melhor amigo.

As doenças cardiovasculares são a principal causa de morte nos países desenvolvidos. Saber quais são os maiores inimigos do coração, conhecer as principais doenças e os tratamentos existentes é o primeiro passo para ter uma vida mais longa e com maior qualidade.

No Livro do Coração, Fernando Pádua ajuda o leitor a conhecer-se melhor e a tratar da saúde, prevenindo os principais problemas.

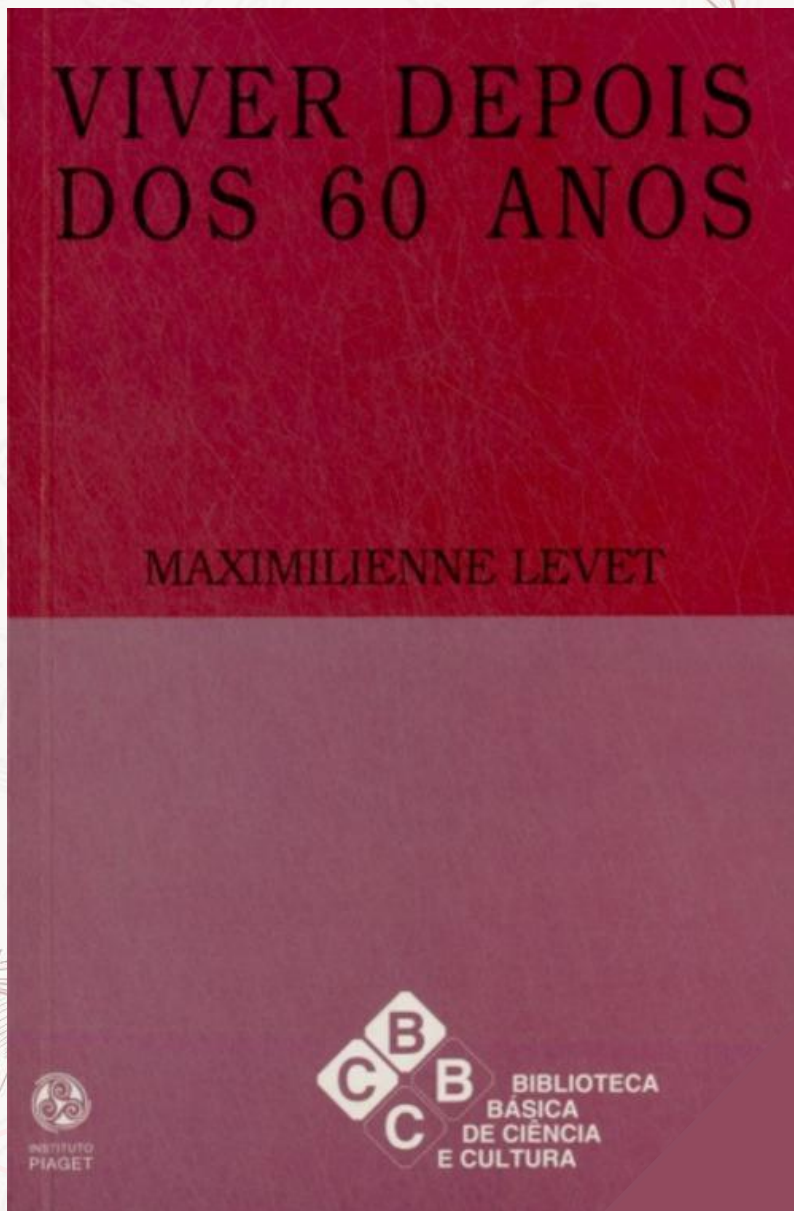
Com ele poderá conhecer: as principais ameaças ao coração/factores de risco, as principais doenças, os melhores exames e tratamentos, como evitar que as novas gerações padeçam dos mesmos problemas.

Um livro para toda a família, em nome de uma vida melhor, com o coração de ferro!



Saúde e Bem Estar

História e Atualidade

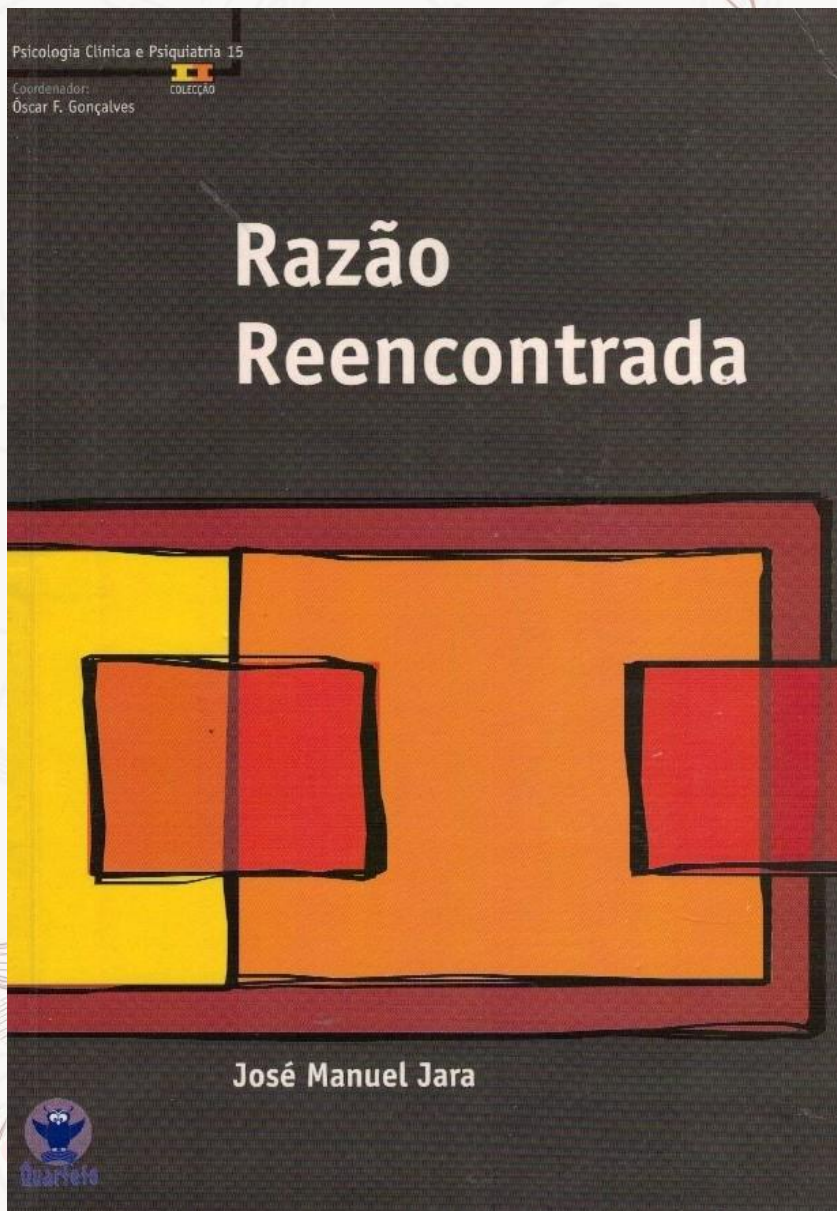


Viver depois dos 60 anos

ISBN: 9789727710027

Sinopse:

Se a primeira grande conquista deste século é a do espaço, a segunda é, para Maximilienne Levet, o aumento da longevidade. Com efeito, o prolongamento da duração da vida e o rejuvenescimento fisiológico constituem um fenómeno novo na história da humanidade, necessitando, por isso mesmo, de remodelações profundas da sociedade. A autora analisa o fenómeno do envelhecimento, sobretudo tal como ele ocorre em França e nas sociedades industrializadas ocidentais, nas suas vertentes físicas, psíquicas e sociais. Para a psicossocióloga e gerontóloga Maximilienne Levet é preciso que sejam reconhecidos os valores de reflexão, de meditação, de sabedoria, assim como as potencialidades que emergem com o avançar dos anos.

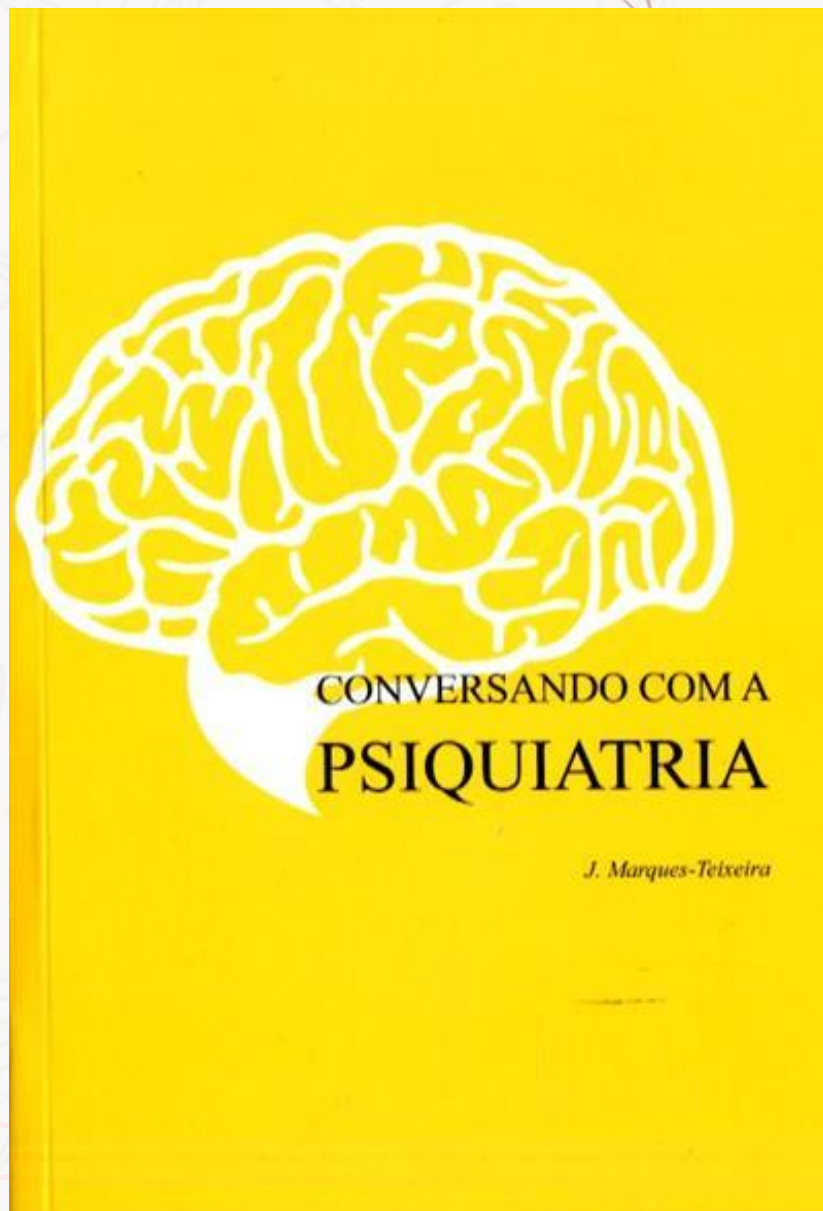


Razão reencontrada

ISBN: 9728717482001

Sinopse:

Indisponível

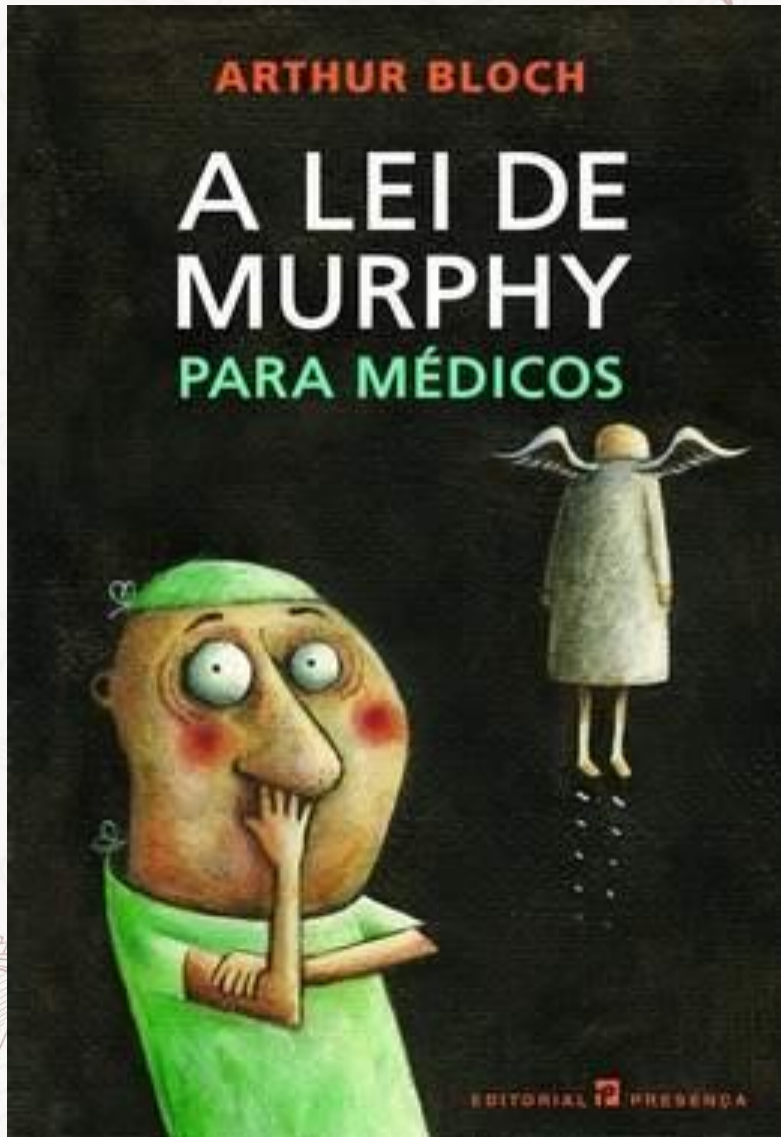


Conversando com a Psiquiatria

ISBN: -

Sinopse:

Indisponível.

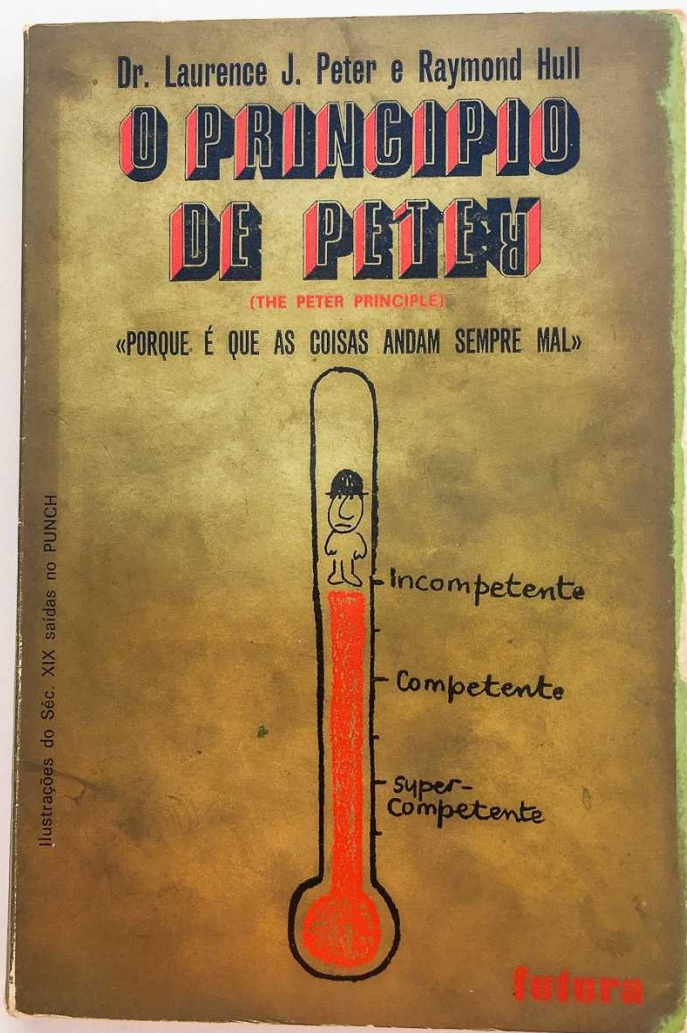


A Lei de Murphy para médicos

ISBN: 9789722331081

Sinopse:

As famosas leis de Murphy surgem agora para médicos, ilustres especialistas na arte de curar. Mas «quando se diagnostica a um paciente a doença X e ele morre de Y» é altura de nos ocorrermos de Murphy! Por isso não se preocupe porque apesar de «nem todas as doenças terem cura» ou «quanto mais urgente for a transfusão mais raro é o tipo sanguíneo», «aquilo que não tomar nunca lhe poderá fazer mal»! Princípios que partem de situações sérias e lhes introduzem humor e boa disposição a ponto de poder soltar fortes gargalhadas. Inspiradoras noutras áreas, as Leis de Murphy para Médicos revelam-se uma surpresa agradável para uma profissão de alto risco. Aproveite e deixe-se contagiar pelo espírito de Murphy cujo autor já se transformou num clássico moderno do humor.



O Princípio de Peter

ISBN: 9789726390039

Sinopse:

"Porque é que as coisas correm sempre mal".

Este livro na tradição da sátira clássica trata-se de um livro bem humorado mas com uma intenção muito séria. A reacção inacreditável a esta magnífica obra é plenamente justificada pelo seu valor psicológico e sociológico incontestável. Neste interessante livro os autores explicam como e porquê as pessoas tendem a ser promovidas até atingirem um posto que não conseguem desempenhar com competência.

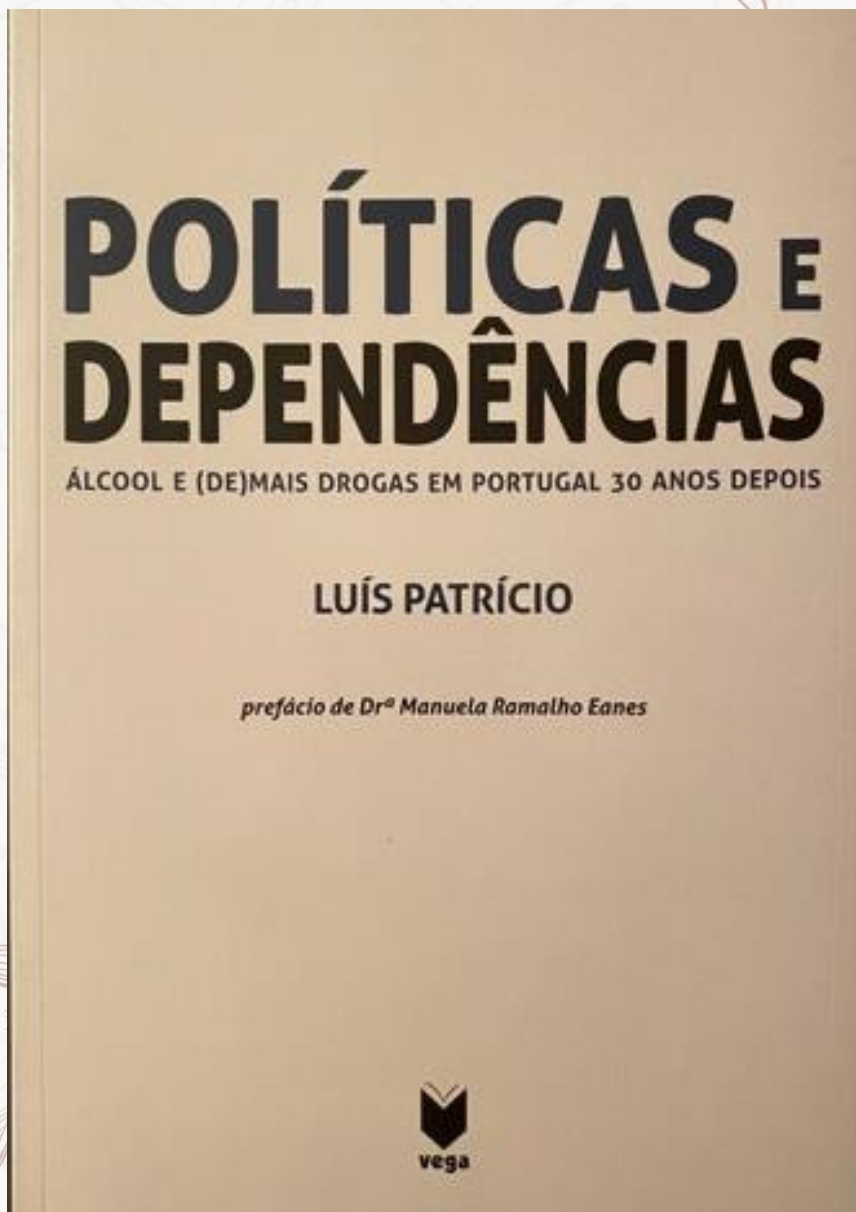


A alma é um corpo de mulher – sexo e cultura

ISBN: 9789724612287

Sinopse:

As mulheres têm alma? A interrogação acompanha a história da filosofia e das religiões ao longo de séculos de civilização. E durante séculos os sábios recusaram à mulher a dimensão mais radical da sua própria humanidade. Agora, tomando como ponto de partida a imagem da mulher na filosofia grega, a par de alguns textos de Jacques Derrida sobre o olhar, escalpelizando tanto as suas ideias como os seus lapsos, Giulia Sissa propõe-nos um confronto extraordinário com o que sempre foi recalcado: os atributos femininos da alma ocidental.

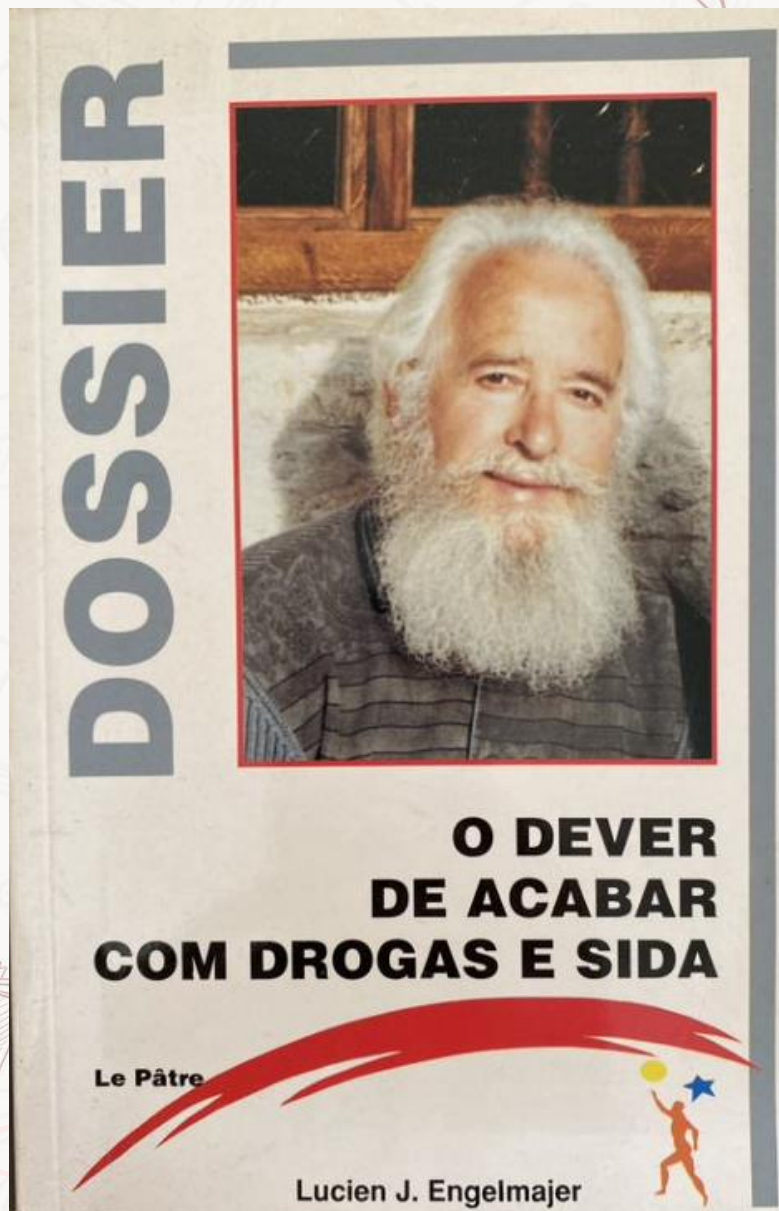


Políticas e dependências

ISBN: 9789897500121

Sinopse:

Numa sociedade que promove o consumismo, em que tudo cada vez mais é economia com políticas agressivas, e em que se sobrevalorizam o sucesso a todo o custo, os resultados, cada cidadão está cada vez mais exposto a ser estimulado para o uso de comportamentos de risco aditivo, com ou sem objectos. Muitos cidadãos são seduzidos para se doparem, com ou sem substâncias psicoactivas. Esta é uma realidade que se agravará cada vez mais neste século. Esta obra refaz, actualiza e avalia o que foi feito nos últimos vinte anos na área das Patologias Aditivas. Talvez polémico na interpretação de algumas realidades, este livro, repleto de informação e de sugestões para profissionais, políticos ou cidadãos em geral, procura que o leitor reflecta sobre a situação actual da nossa sociedade e tem como finalidade promover uma cultura de estima pela saúde e pela educação.



O dever de acabar com drogas e SIDA

ISBN: 9789897520357

Sinopse:

Indisponível.

A Discriminação do Doente Mental no Ocidente

AFONSO DE ALBUQUERQUE



PREFÁCIO DE JORGE DE FIGUEIREDO DIAS

PUBLIMEDIA

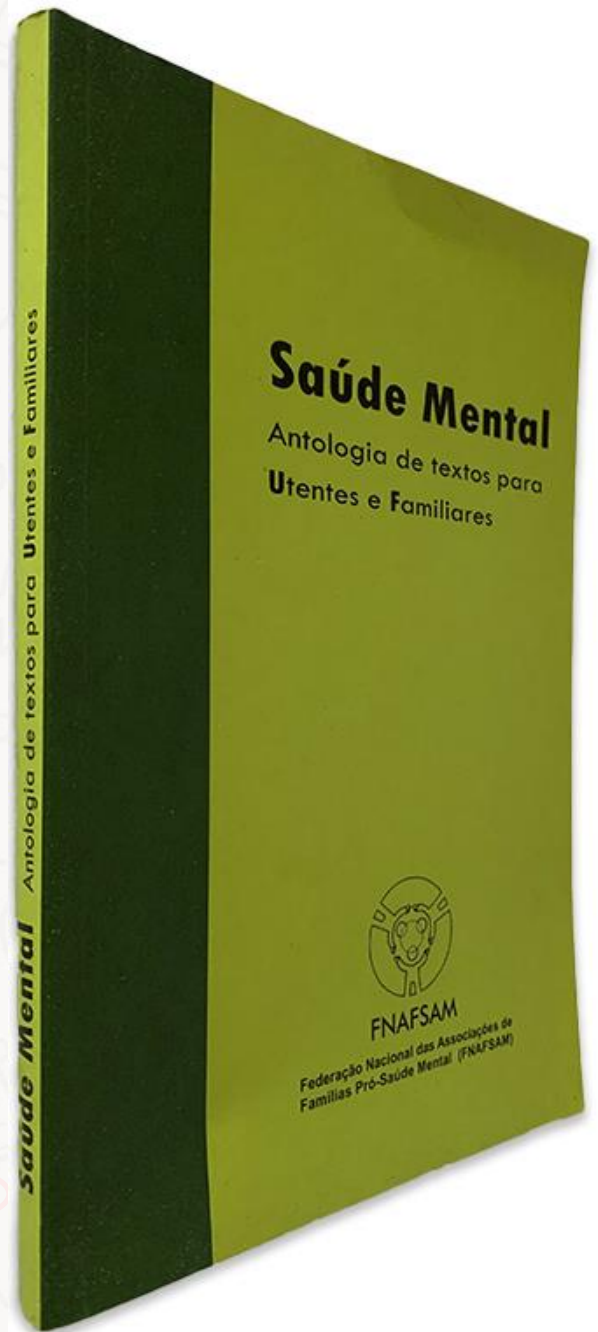
A discriminação do doente mental no Ocidente.

ISBN: 9789897520357

Sinopse:

A doença mental,.. a discriminação persistente pouco parece incomodar a generalidade das pessoas, talvez porque muitos desconhecem que tem uma alta probabilidade de vir a sofrer de uma dessas doenças.

Este livro é, acima de tudo, o assumir público de que esse dilema continua por resolver.



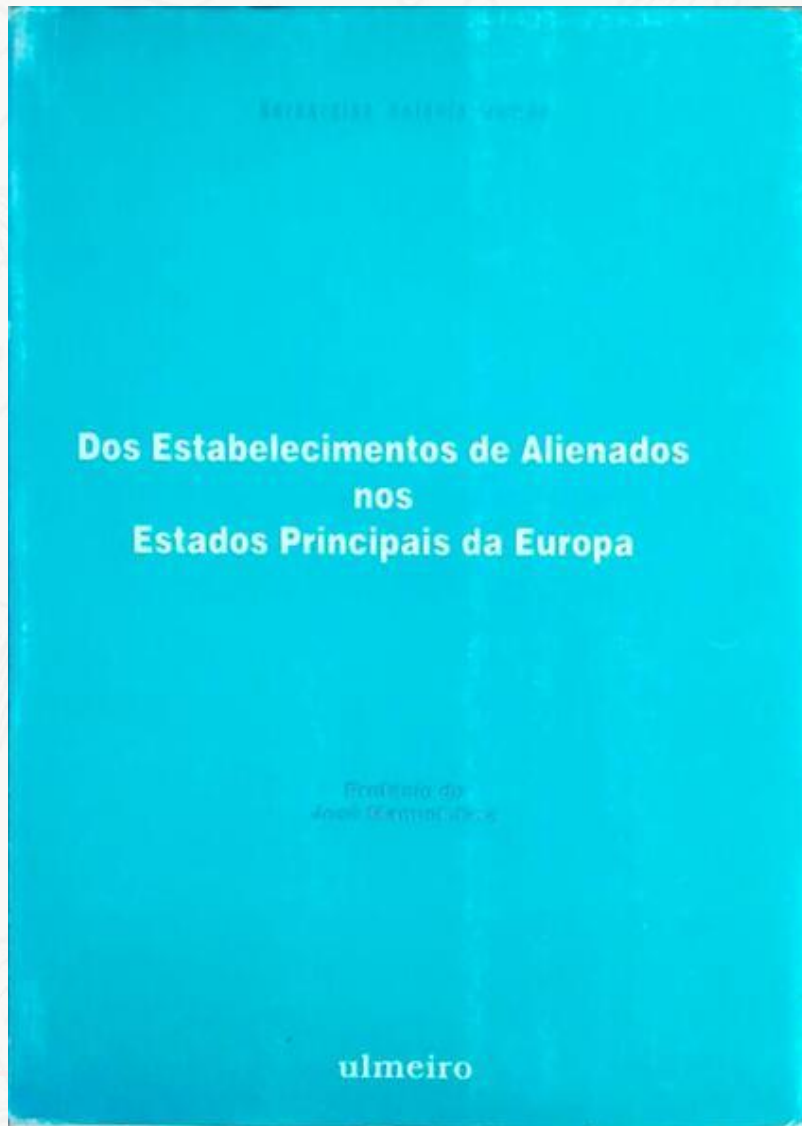
Saúde Mental – Antologia de Textos para Utentes e Familiares

ISBN: 9789728721855

Sinopse:

A doença mental,.. a discriminação persistente pouco parece incomodar a generalidade das pessoas, talvez porque muitos desconhecem que tem uma alta probabilidade de vir a sofrer de uma dessas doenças.

Este livro é, acima de tudo, o assumir público de que esse dilema continua por resolver.



Dos Estabelecimentos de Alienados nos Estados Principais da Europa

ISBN: 9789727063024

Sinopse:
Indisponível.

OS ALIENADOS EM PORTUGAL

António Maria de Sena



I - História e Estatística

II - Hospital do Conde de Ferreira

Prefácio de António Pacheco Palha
Introdução de Carlos Mota Cardoso

ulmeiro

Os alienados em Portugal. História e estatística. Hospital de Conde Ferreira.

ISBN: 9789727063024

Sinopse:

Indisponível.

Os Médicos e os Ideais.

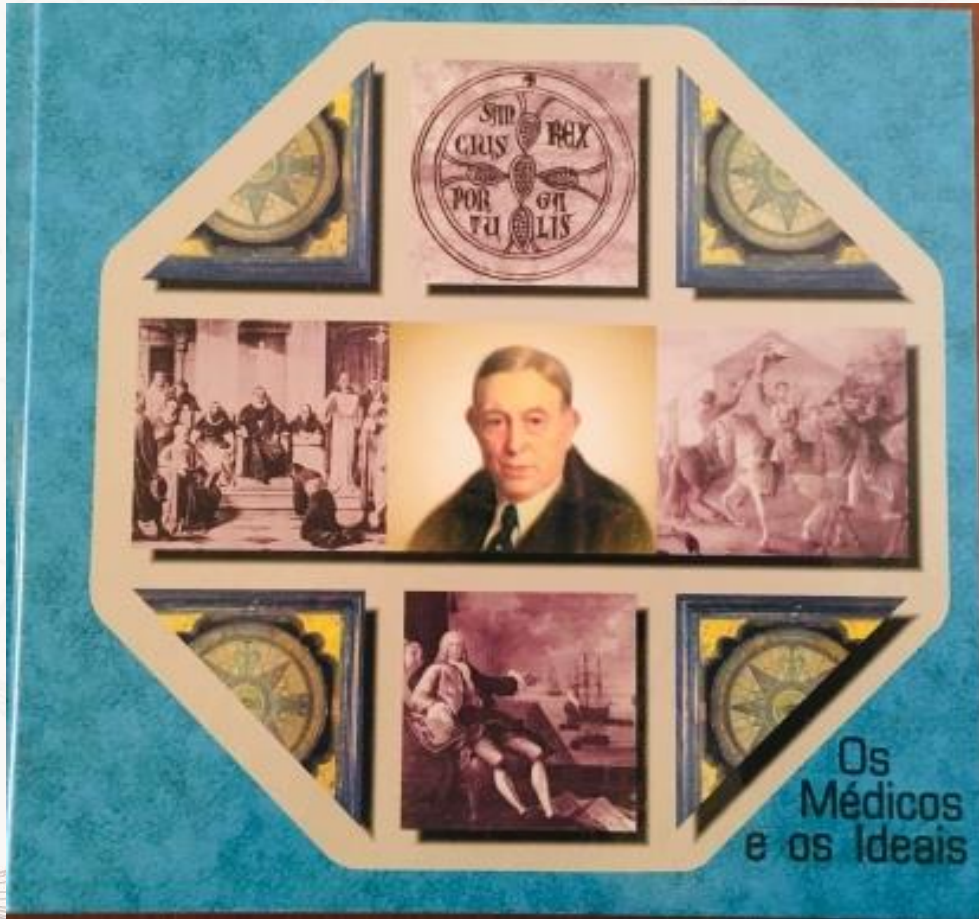
ISBN: 9789727063024

Sinopse:

O primeiro médico de Portugal chamava-se Mendo Dias. Foi estudar a arte de curar para Paris por recomendação do seu tio e, assim, entrou para a História de Portugal. A ele muitos se seguiram, tantos que não cabem neste livro.

Uma obra sobre os principais médicos de Portugal desde os primórdios, devidamente enquadrada no contexto da medicina portuguesa nas várias épocas.

Profusamente ilustrado, capa dura.

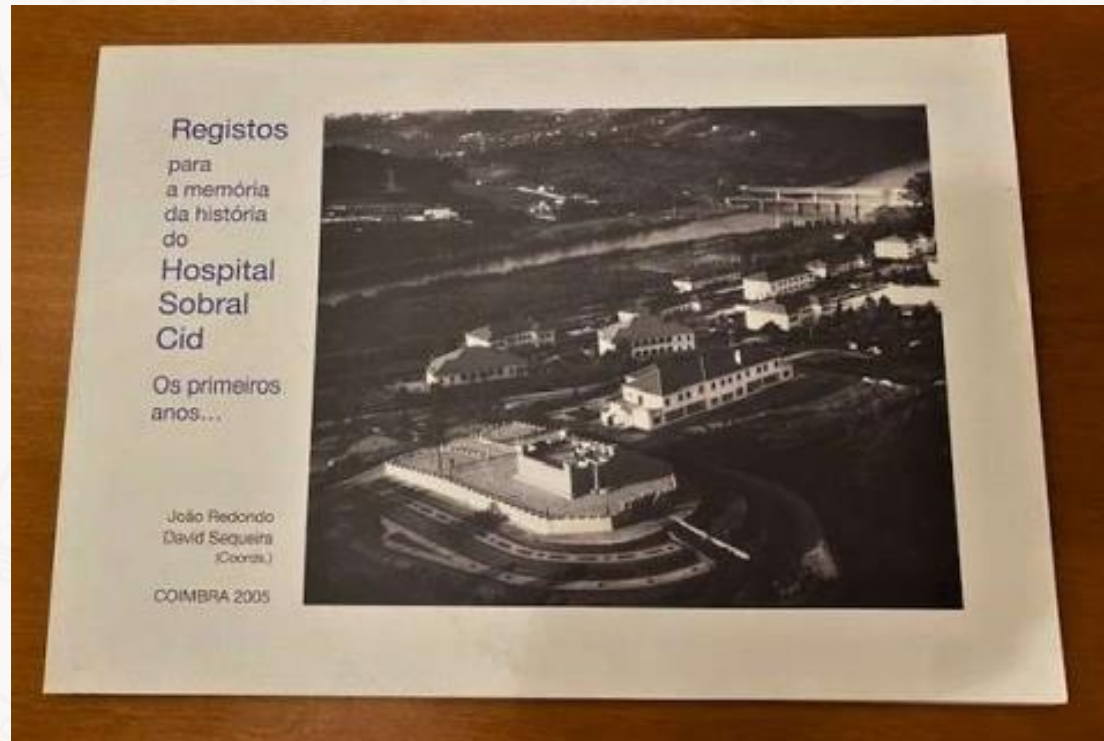


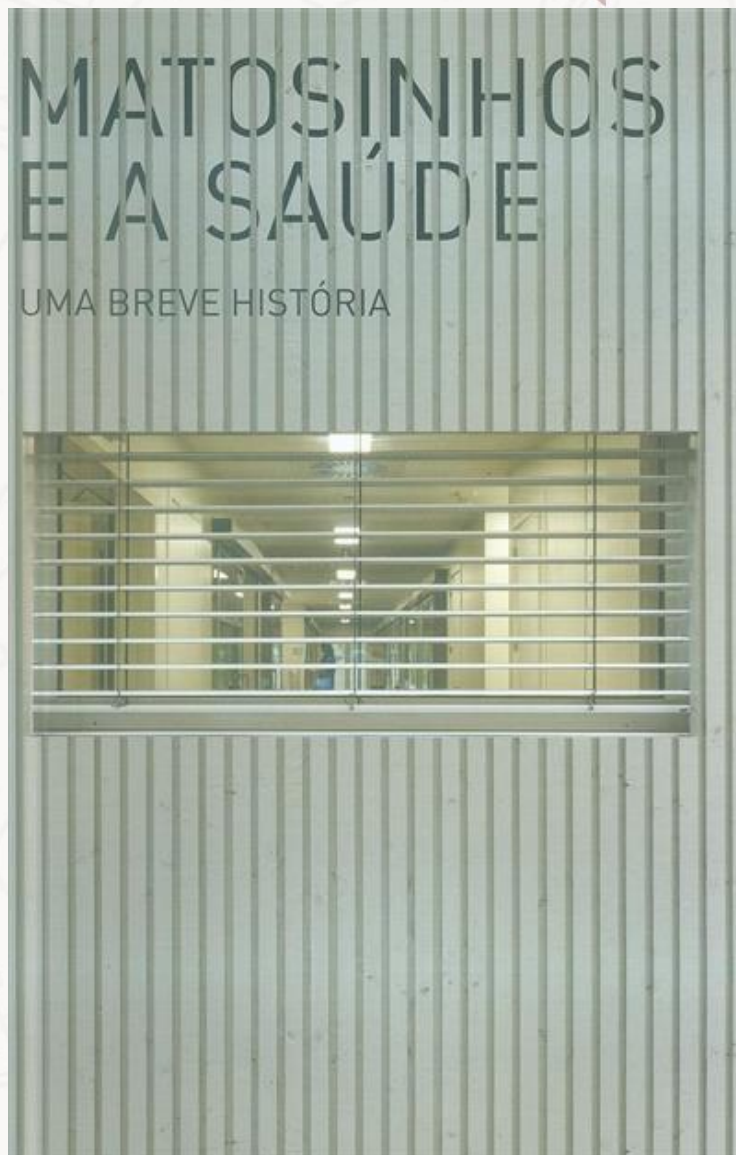
Registos para a memória da história do Hospital Sobral Cid.

ISBN: -

Sinopse:

A estrutura arquitetónica, as pessoas, a organização dos Cuidados, dos Doentes, dos Tratamentos; a intervenção terapêutica, ... Inclui notas biográficas de Miguel Bombarda, Júlio de Matos, Sobral Cid, Egas Moniz e outros.
Arquivo fotográfico





Matosinhos e a Saúde: uma breve história

ISBN: 9789893312100

Sinopse:

Arquive-se! A ordem parece simples e é seguramente muito comum. Mas na prática, são a organização e o acesso dos documentos arquivados - os «laboratórios da História» - que determinam o seu papel na compreensão da nossa história. Portugal progrediu significativamente no domínio dos arquivos, mas investigadores e arquivistas concordam que muito está ainda por fazer.

Sabia, por exemplo, que um tratamento adequado da documentação arquivada pela administração pública, preservando apenas a que tem valor probatório ou histórico, resultaria numa poupança de cinco milhões de euros só em instalações?

Numa abordagem crítica, a autora deste livro parte da análise de casos e circunstâncias, do testemunho próprio e de colegas historiadores e arquivistas, para radiografar a gestão do património arquivístico nacional. Diz-nos que nem tudo está bem e explica porquê.



Prevenir doenças e conservar a saúde

ISBN: 9789898943224

Sinopse:

Viver com saúde e felicidade, por mais tempo e com maior qualidade de vida, é a aspiração principal de cada um de nós. Mas até que ponto cada cidadão deve ser responsabilizado pela proteção da sua saúde? Como podem as medidas de saúde pública garantir a componente preventiva de conservação da saúde, em condições de sustentabilidade e igualdade social? Estará Portugal preparado para responder de forma planeada e rápida a novos cenários de crise na saúde?

Neste ensaio claro e informativo, o autor partilha uma experiência vasta de serviço público e de liderança da Direção-Geral da Saúde. Revê e faz o ponto de situação dos principais avanços, problemas e desafios da saúde pública a nível nacional. E explica o motivo por que prevenir doenças e conservar a saúde é um direito e um dever de todos e de cada um.



Da Pandemia ao Pandemónio

ISBN: 9789893721520

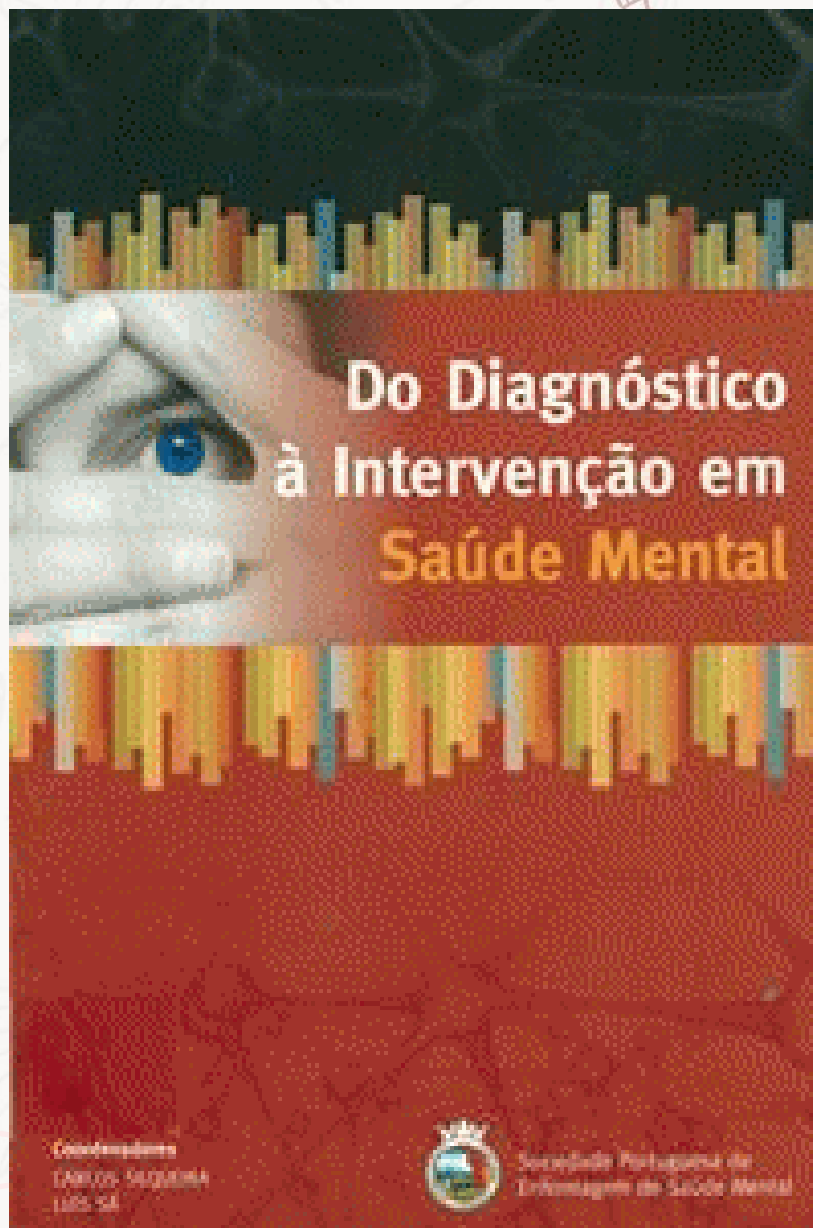
Sinopse:

Curto ensaio médico-sociológico sobre a pandemia por Covid 19 que é, simultaneamente, um olhar sobre pandemias em geral, contando com o prefácio do jornalista e professor Carlos Magno. A autora, médica há um quarto de século, internista de formação, interroga-se, e interroga-nos, à luz dos conhecimentos atuais, de onde vimos e para onde vamos, o que podemos esperar e com o que nos devemos preocupar, nesta tão bizarra época que vivemos.

Trata-se de um testemunho de época, um misto de vivência médica somado a um olhar humanista, para lá do apenas clínico, a observação e o pensamento sobre o lastro emocional, sobre o lado de dentro, dos doentes e dos que cuidam, dos que nunca confinaram. O que ganhamos, o que perdemos, o que aprendemos e, ao mesmo tempo, um olhar para o futuro, por onde vamos e como poderemos sair disto.

Saúde e Bem Estar

Livros técnicos

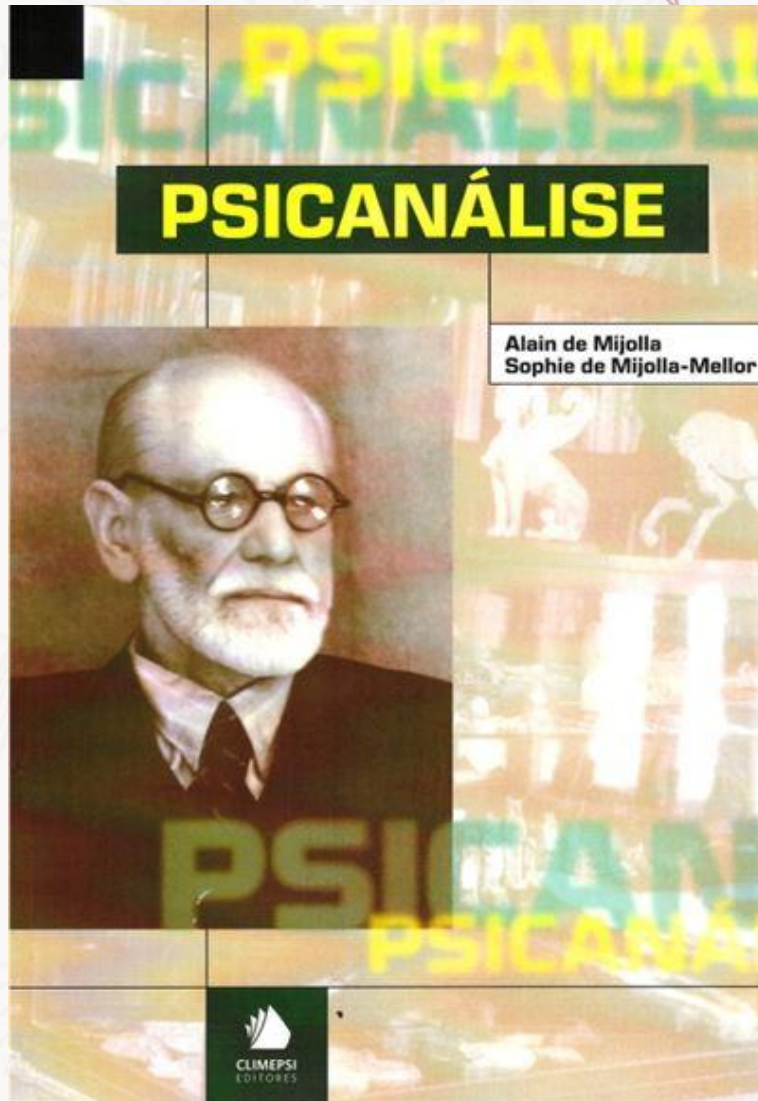


Do diagnóstico à intervenção em Saúde Mental

ISBN: 9789899614420

Sinopse:

Indisponível.



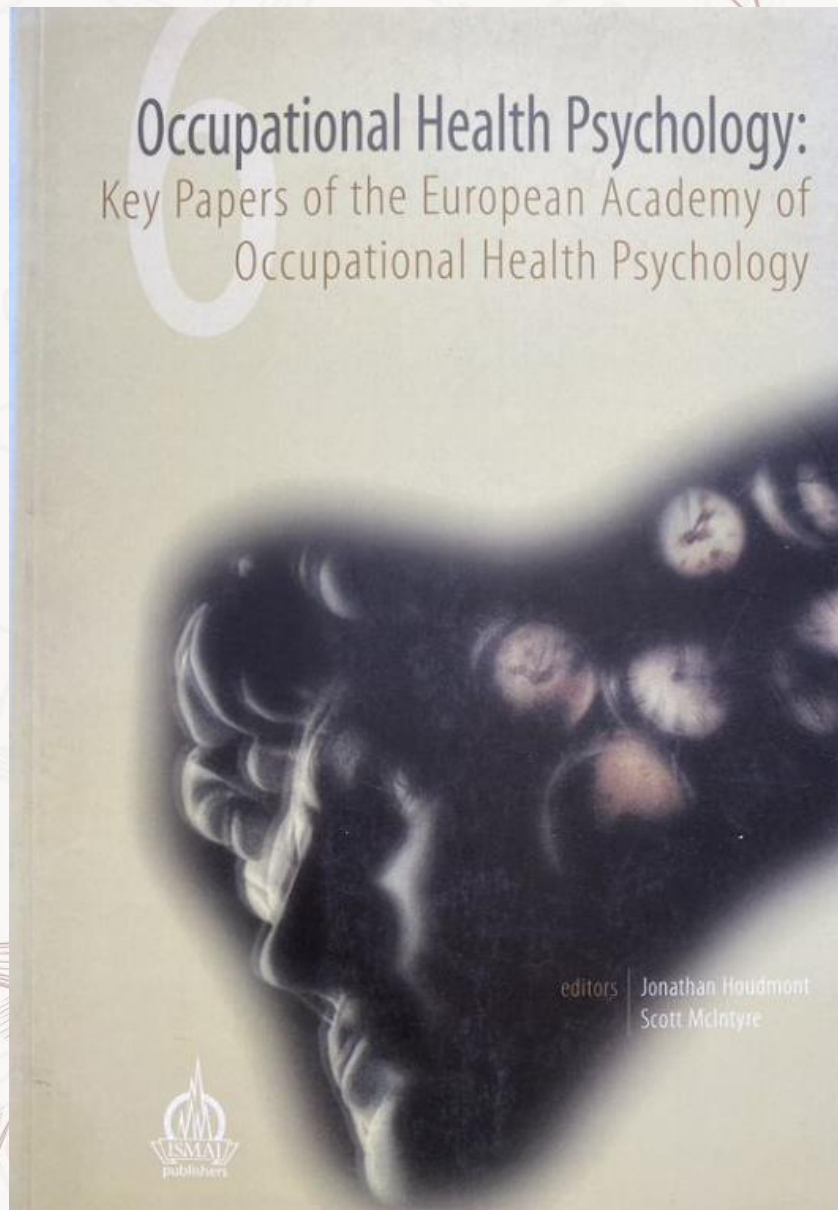
Psicanálise

ISBN: 9789728449926

Sinopse:

Este livro (edição de 2002) sobre a psicanálise freudiana destina-se sobretudo aos estudantes que desejem conhecer os princípios fundamentais da psicanálise, estudantes de Psicologia, essencialmente, mas também de Letras, Filosofia, Ciências Humanas e Medicina.

Dirige-se a todos os psicanalistas que queiram complementar a sua formação e complementar, através de algumas referências facilmente consultáveis, as reflexões que lhes inspirem os seminários que frequentam, da mesma forma que as curas que começam a assegurar. A psicanálise não é um corpo doutrinal cristalizado e não parou de evoluir desde o princípio.

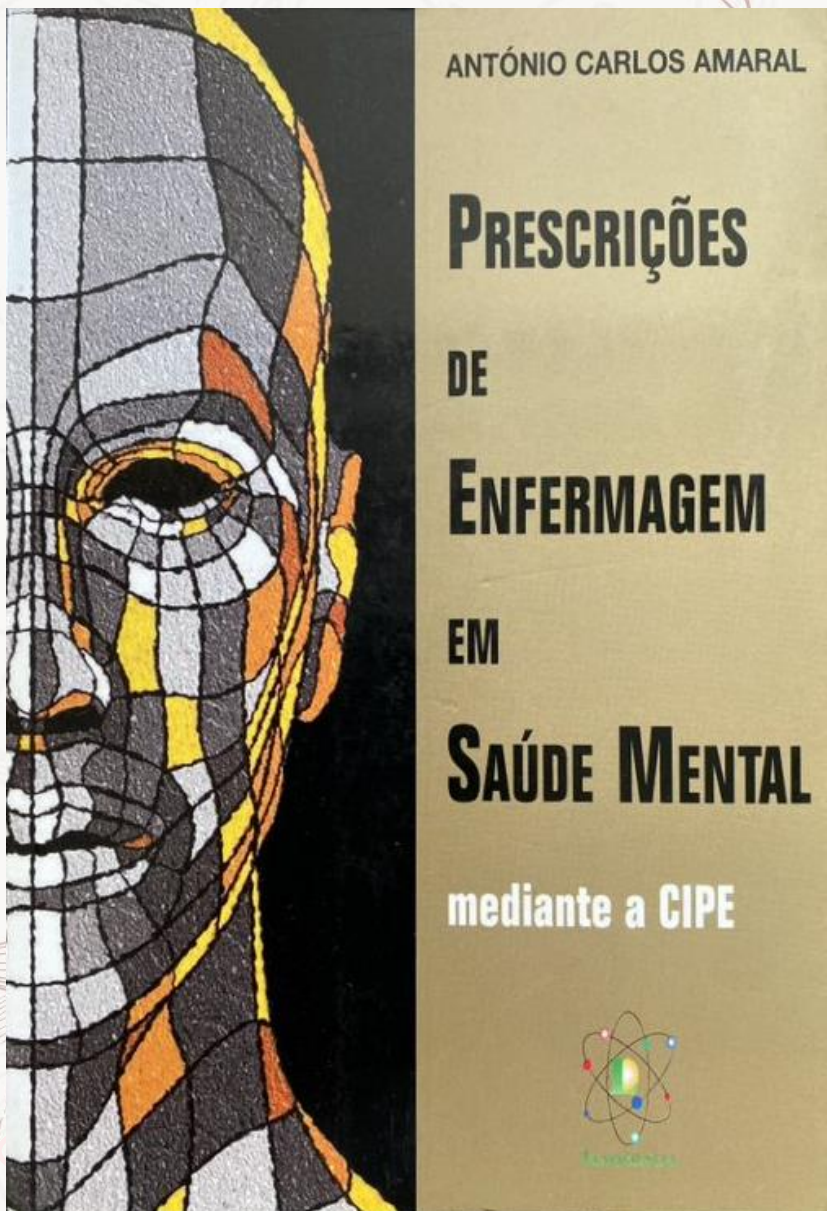


Occupational Health Psychology

ISBN: -

Sinopse:

Indisponível.



Prescrições de enfermagem

ISBN: 9789728930554

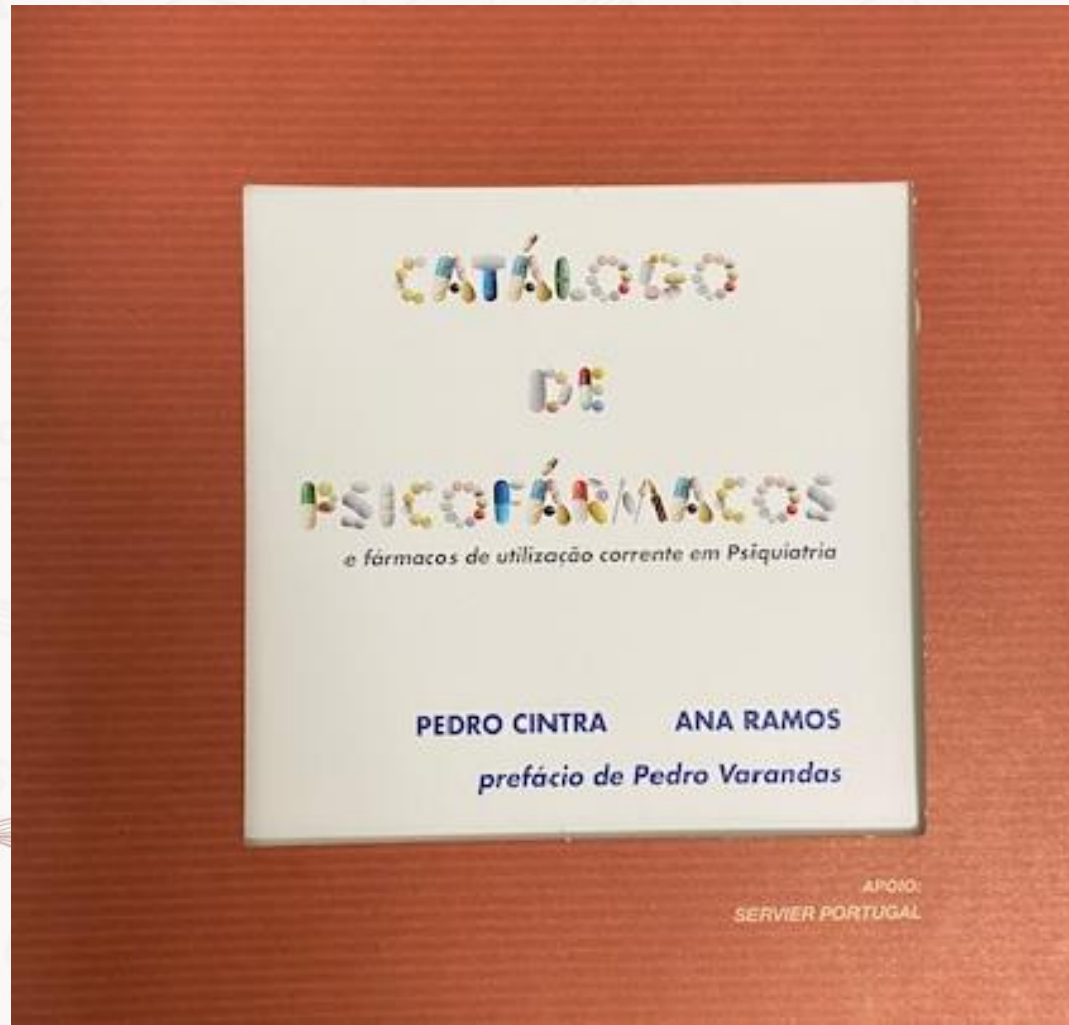
Sinopse:

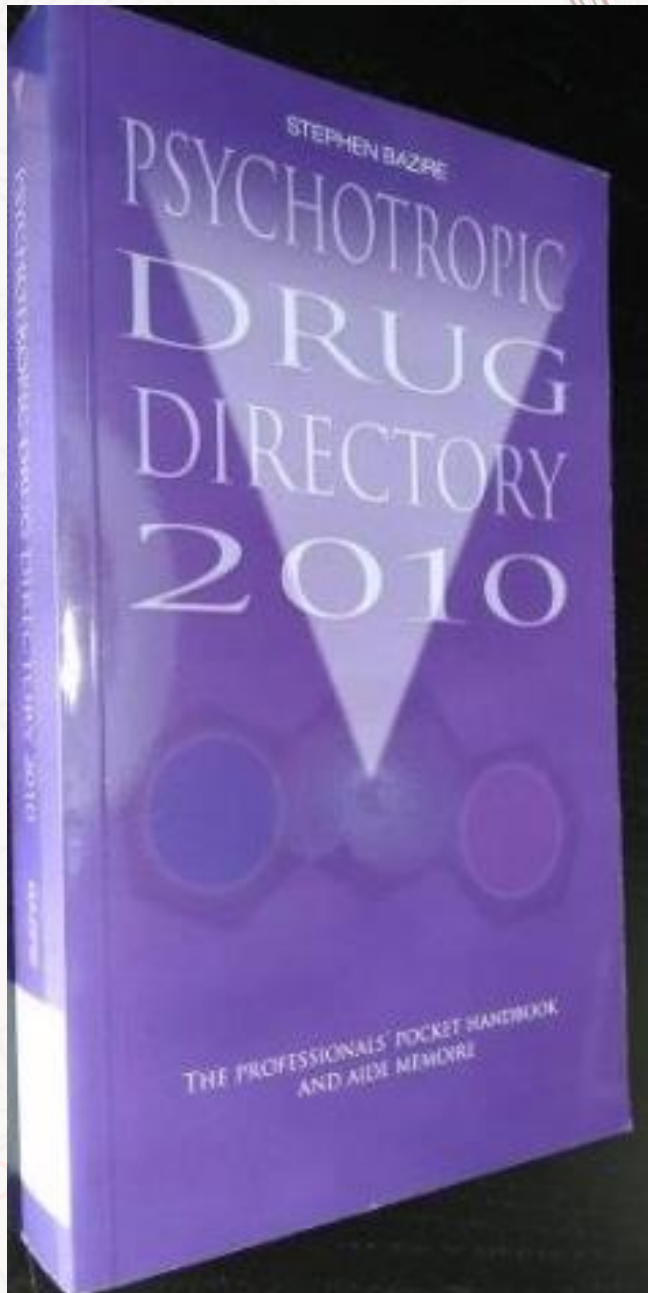
Com a necessidade de documentar e compilar um conjunto de informações relativas À prática de enfermagem no contexto da saúde mental e psiquiatria, este manual foi elaborado para ajudar a colmatar a lacuna sentida no âmbito dos padrões de documentação de enfermagem, aquando da necessidade de ajusta a prática de enfermagem aos pressupostos da Classificação Internacional para a Prática de enfermagem (CIPE).

Catálogo de psicofármacos - fármacos de utilização corrente em Psiquiatria

ISBN: -

Sinopse:
Indisponível.

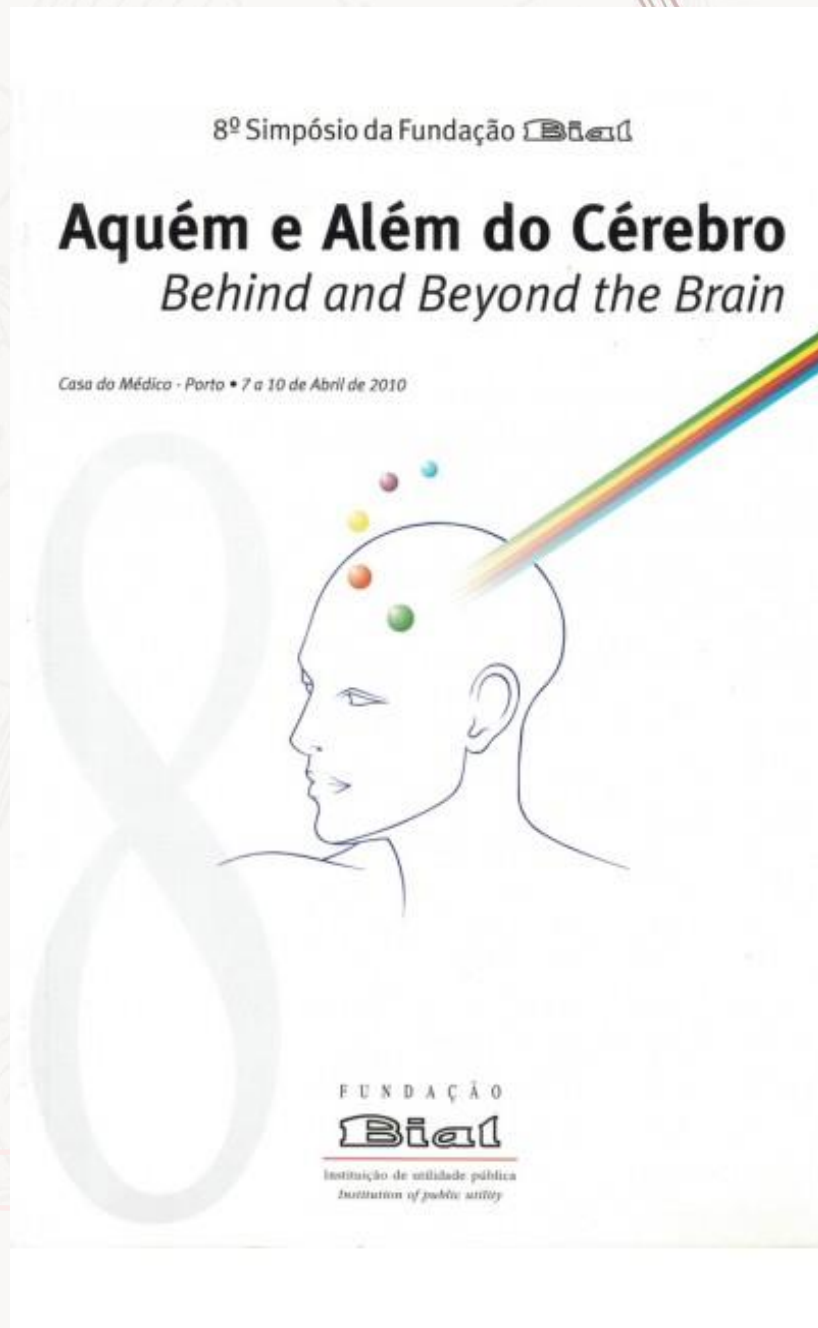




Psychotropic Drug Directory 2010

ISBN: -

Sinopse:
Indisponível.

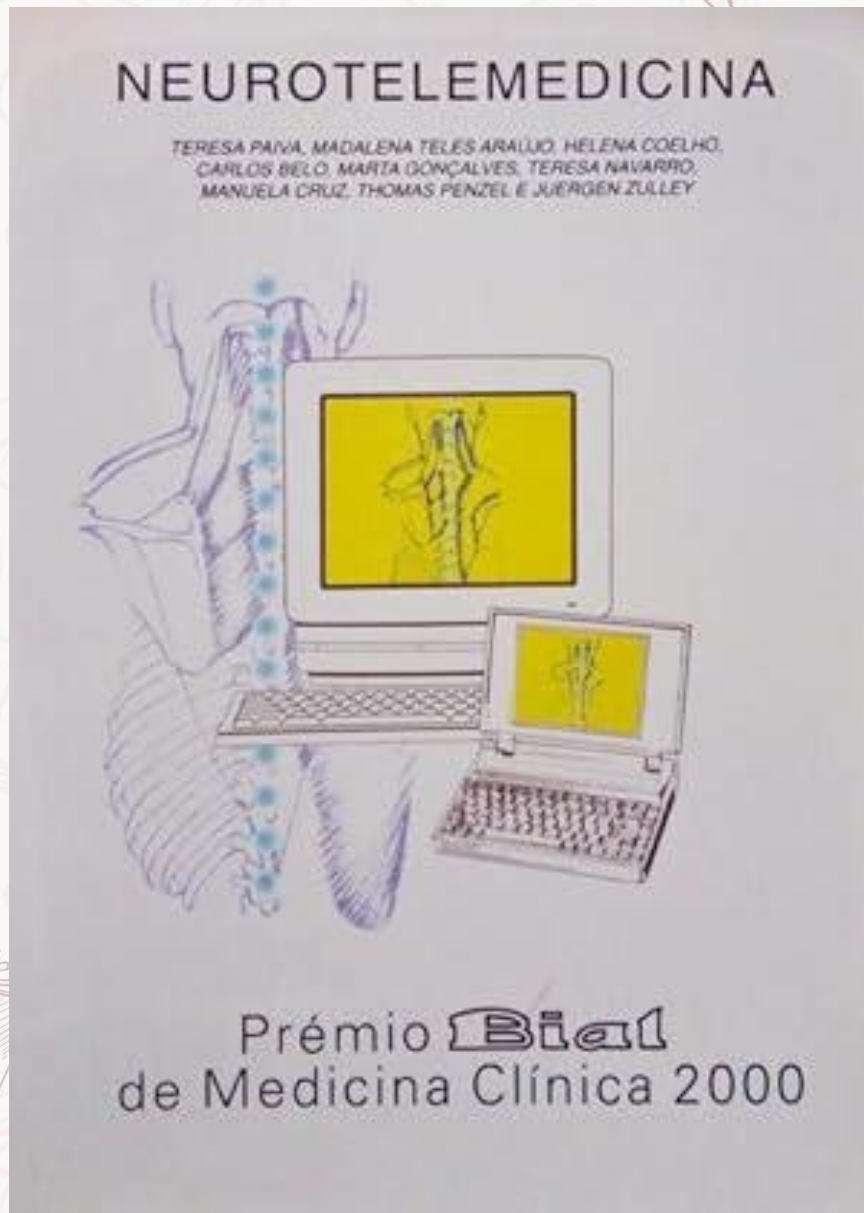


Aquém e Além do Cérebro

ISBN: -

Sinopse:

Com periodicidade bianual, os Simpósios “Aquém e Além do Cérebro” reúnem os investigadores apoiados pela Fundação BIAL e conceituados investigadores nas áreas das Neurociências e da Parapsicologia.

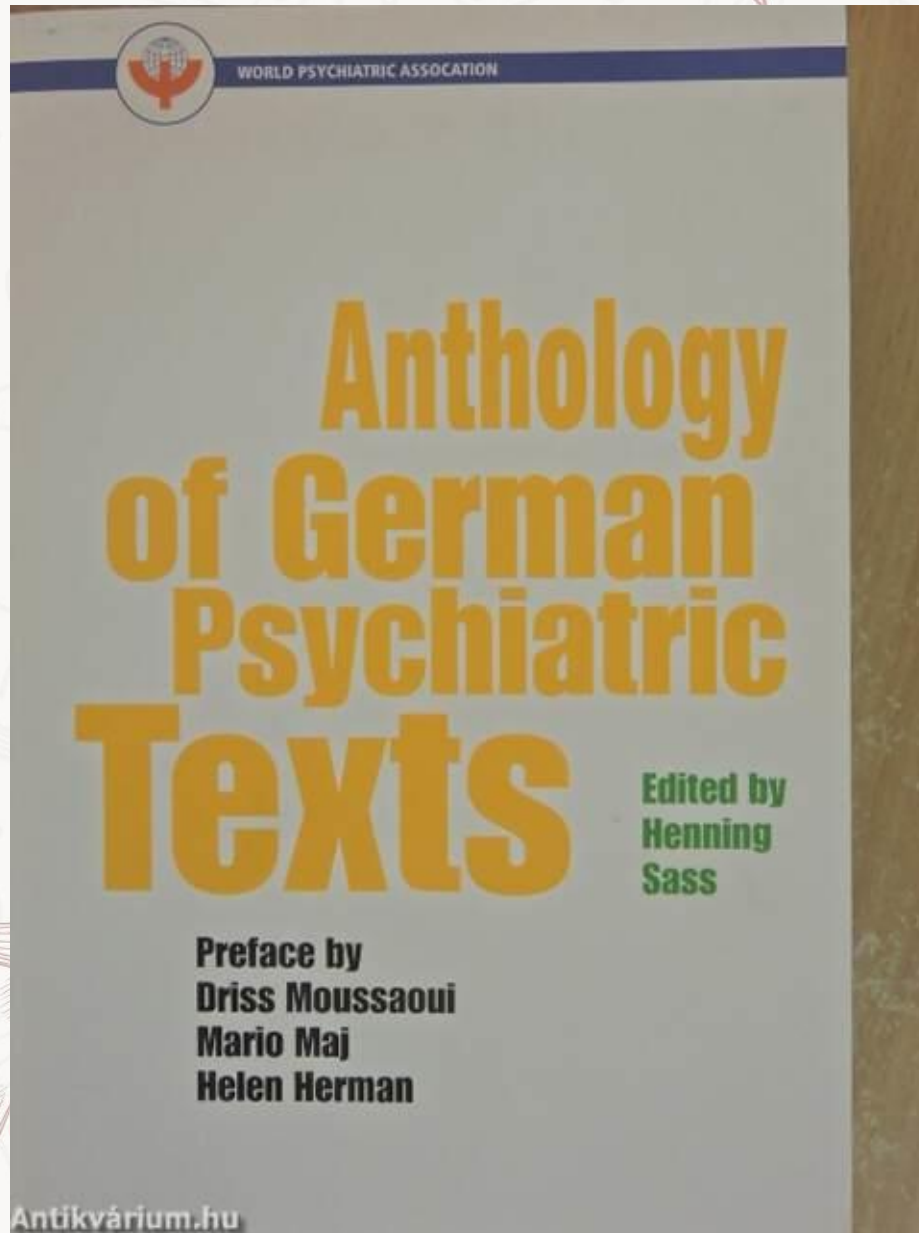


Neurotelemedicina

ISBN: -

Sinopse:

Indisponível.

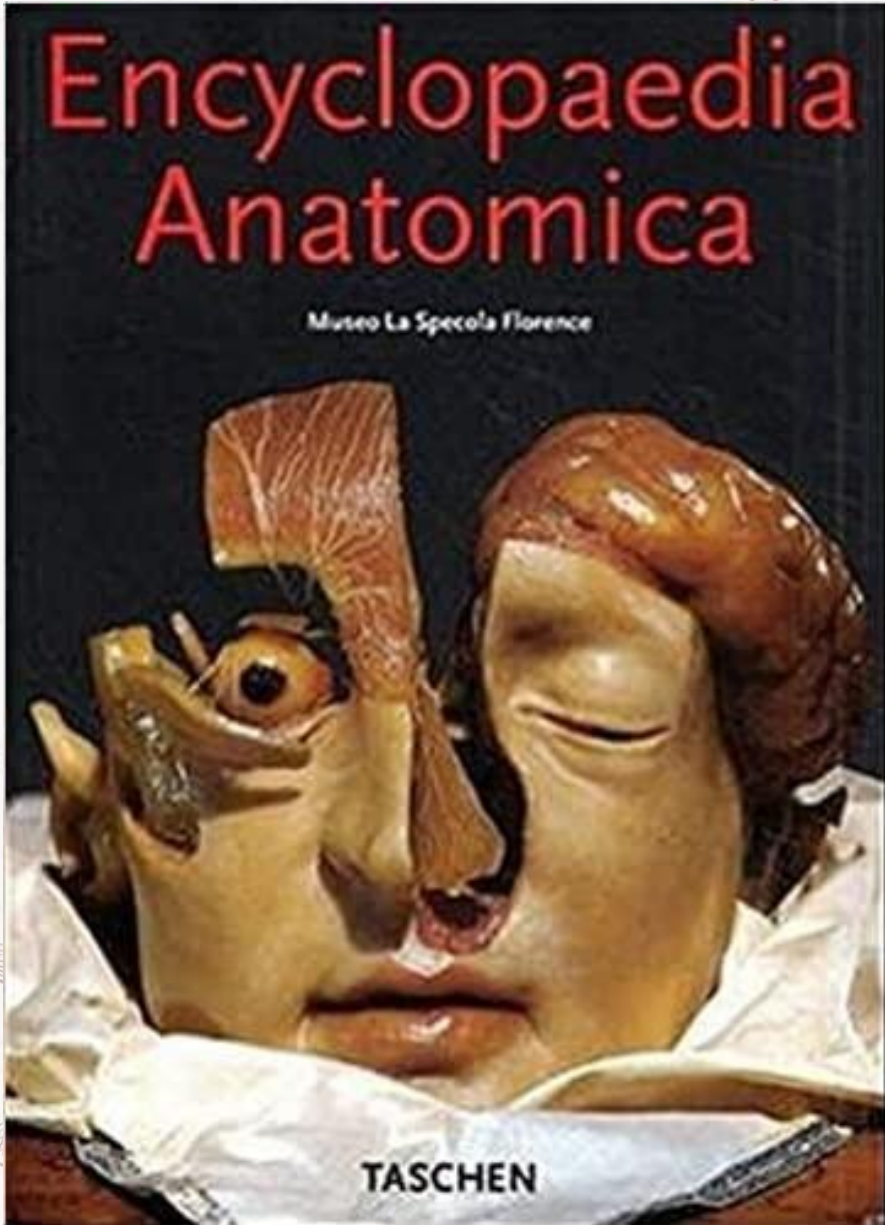


Anthology of German Psychiatric Texts

ISBN: 9783000204258

Sinopse:

Da World Psychiatric Association



Encyclopaedia Anatomica Museo La Specola Florence

ISBN: -

Sinopse:

Indisponível.

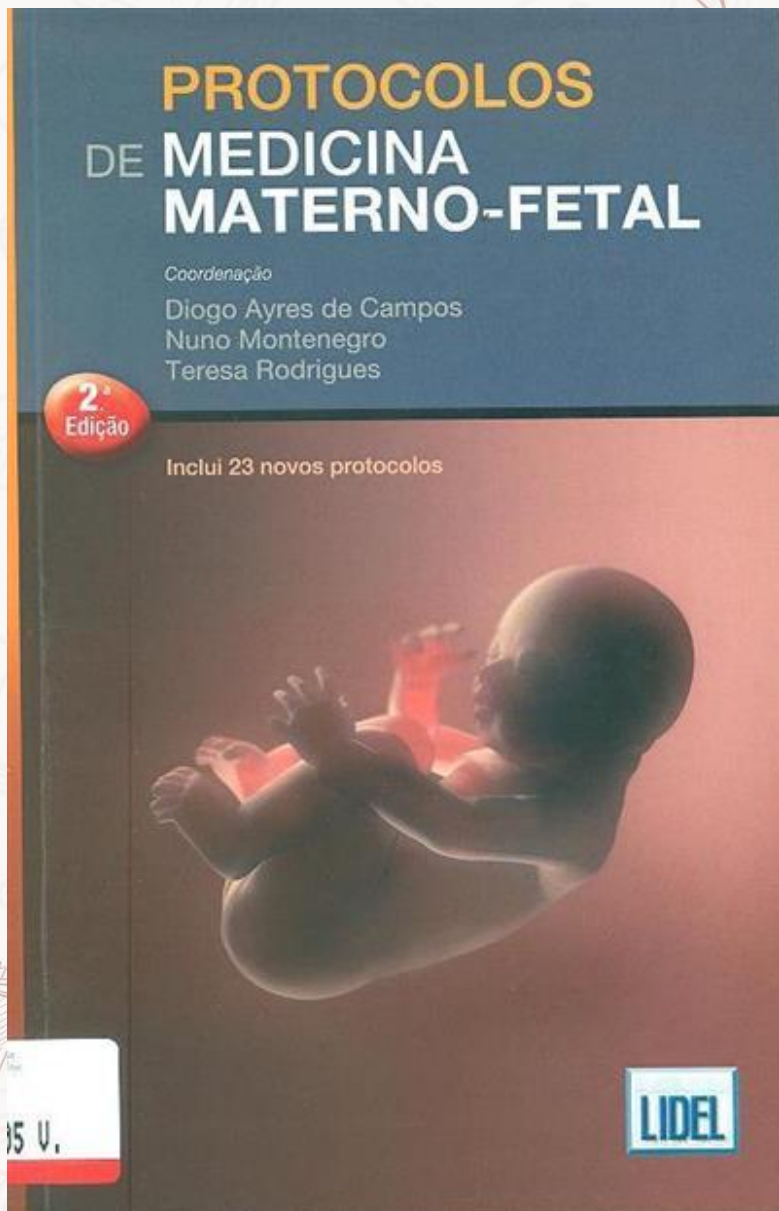


Neuropatologia em Imagens

SBN: -

Sinopse:

Indisponível.

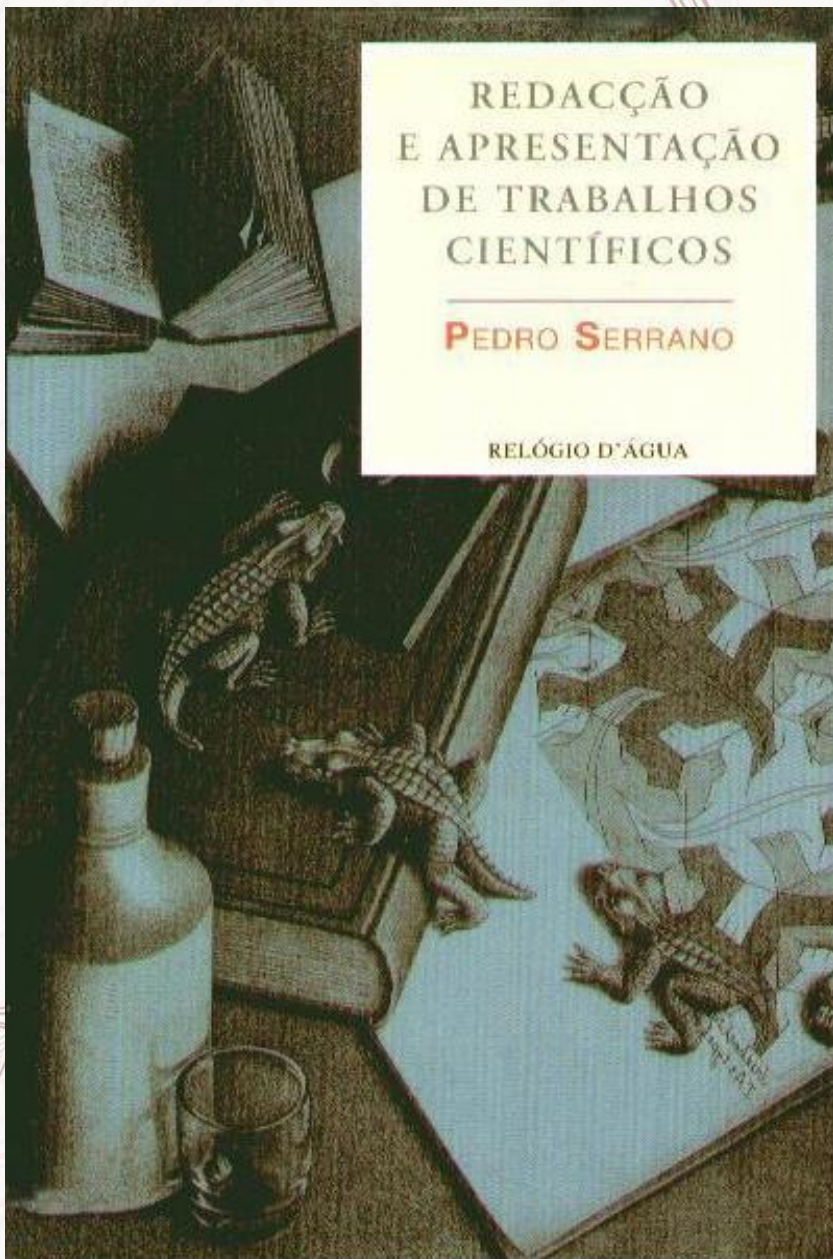


Protocolos de medicina materno-fetal

ISBN: 9789897520358

Sinopse:

O Serviço de Ginecologia e Obstetrícia - Unidade Orgânica de Obstetrícia e Medicina Materno-Fetal do Centro Hospitalar São João materializa nesta obra o compromisso de atualização permanente com a comunidade médica interessada na qualidade da assistência clínica nesta especialidade e partilha com os leitores as normas e recomendações que devem pautar a decisão clínica em Medicina Materno-Fetal. A publicação desta nova edição reforça a tradição deste Hospital-Escola de contribuir para as boas práticas médicas, ao mesmo tempo que assume a responsabilidade de manter uma cultura de exigência.



Redação e Apresentação de Trabalhos Científicos

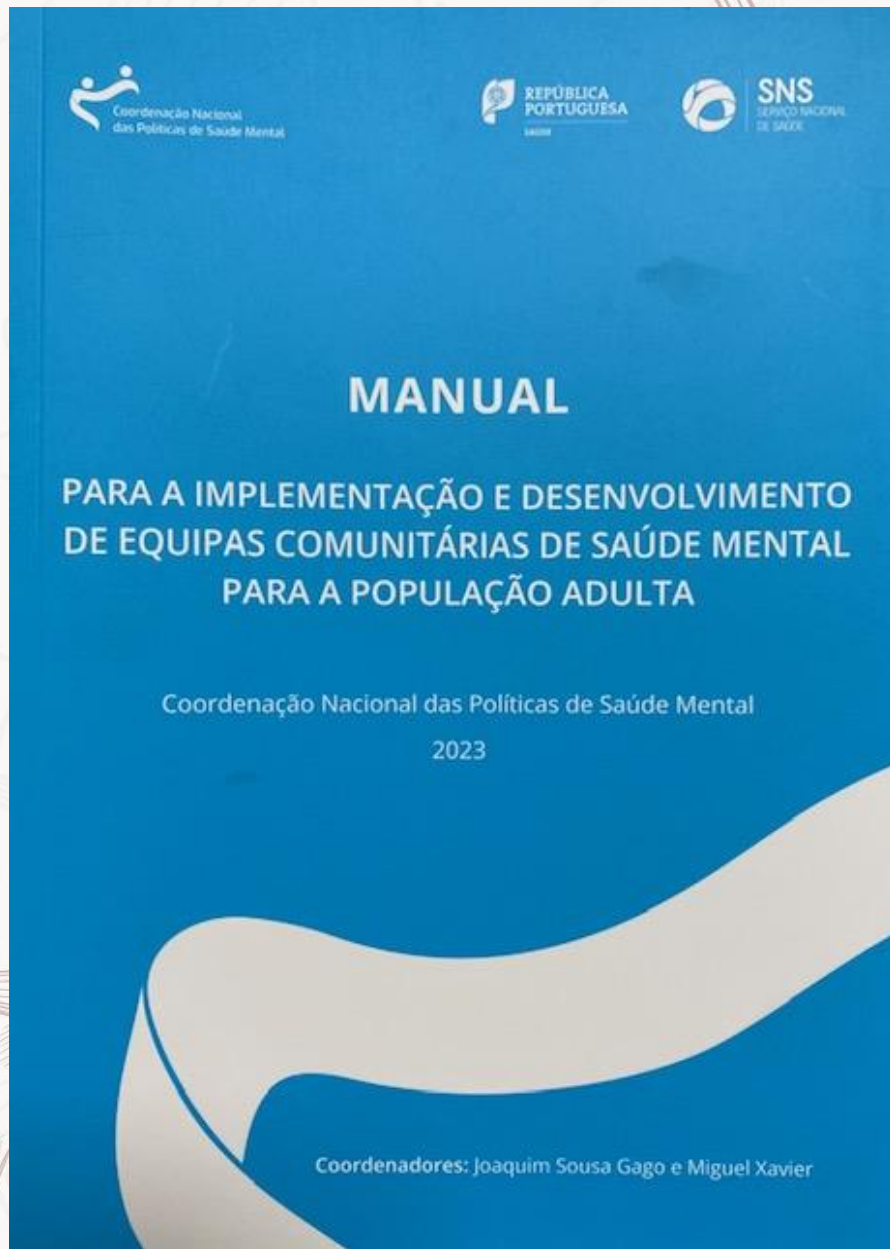
ISBN: 9789727083008

Sinopse:

Recorrendo a abundantes exemplos, este livro apresenta fundamentos, técnicas e noções práticas sobre o modo de redigir e apresentar trabalhos científicos e técnicos. Nele encontrará tratados:

- Estrutura e estilo de um trabalho científico
- Pesquisa bibliográfica
- Citação de bibliografia
- Referências bibliográficas de documentos clássicos e obtidos por meios electrónicos (Internet)
- Publicação de trabalhos
- Ética em investigação
- Uso de computadores na redacção de trabalhos
- Noções práticas sobre a redacção de:
 - Relatório de investigação
 - Artigo científico original
 - Artigo de revisão
 - Teses de mestrado e de doutoramento
 - Relatório de actividades
 - Curriculum vitae
 - Apresentação oral de trabalhos.

Preferencialmente dirigido à área médica e das ciências da Saúde, o livro pode ser facilmente usado por profissionais e estudantes de outras áreas científicas e técnicas, dada a explicação detalhada de conceitos, a permanente exemplificação e a linguagem simples com que os assuntos são abordados.



Manual para a Implementação e Desenvolvimento de Equipas Comunitárias de Saúde Mental na População Adulta.

ISBN: -

Sinopse:
Indisponível