

# DANIEL MARTINS DE BARROS

*Autor de O lado  
bom do lado ruim*

# Rir É PRECISO

Descubra a ciência  
por trás do humor e  
aprenda a usá-lo para  
atravessar períodos  
difíceis e criar relações  
mais próximas



SEXTANTE

DANIEL MARTINS DE BARROS

*Autor de O lado bom do lado ruim*

# Rir É PRECISO

Descubra a ciência por trás do humor e aprenda a usá-lo para atravessar períodos difíceis e criar relações mais próximas



DANIEL MARTINS DE BARROS

# O LADO BOM DO LADO RUIM



COMO A CIÊNCIA ENSINA A USAR A TRISTEZA, O MEDO, A RAIVA E OUTRAS EMOÇÕES NEGATIVAS A SEU FAVOR

DANIEL MARTINS DE BARROS

# PÍLULAS DE BEM-ESTAR

84 lições cientificamente comprovadas para transformar seus hábitos e viver melhor



 @editorasextante