

A Vida
sem

Tranquilizantes

DR. VERNON COLEMAN



Círculo de Leitores

ÍNDICE

Introdução	7
<i>Capítulo 1</i> Stresses e consequências	13
<i>Capítulo 2</i> Perspectivas e promessas — a chegada do <i>Valium</i>	45
<i>Capítulo 3</i> Desvantagens e perigos	77
<i>Capítulo 4</i> Dependência e libertação do hábito	109
<i>Capítulo 5</i> Viver com a ansiedade	119
Histórias casuísticas	161