



**Depressão *versus* esperança:
uma história de superação**

Autora: Eunice Mendes

Editora: AGWM

1ª edição: 2015

232 páginas

Formato: 16 X 23 cm — em português — brochura

ISBN: 978-85-60912-05-6

Preço: R\$ 25,00

Autora consagrada de obras sobre técnicas para falar em público, Eunice Mendes surpreende com a publicação de autobiografia que tem como foco um dos temas mais debatidos na atualidade: a depressão.

Este livro da atriz e consultora empresarial Eunice Mendes é tão ousado quanto fundamental. Numa demonstração de coragem ímpar, a reconhecida profissional da área de comunicação expõe sem rodeios sua luta, interior e exterior, contra um inimigo conhecido do nosso tempo: a depressão. Em diversos momentos, é como se estivéssemos assistindo a um dos episódios do célebre seriado de TV *Terapia*, porém em versão *reality show*: não se trata de uma atriz em cena, embora essa também seja uma das searas de atuação da autora, mas do ser humano real que expõe suas feridas mais íntimas para fazer dessa história uma fonte de inspiração para milhares de outros casos que, sabemos, assolam a vida de anônimos e celebridades.

De fato, a pertinência desta obra aumenta ainda mais na medida em que a doença assume proporções epidêmicas, segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), atingindo homens e mulheres, crianças e idosos indistintamente. As razões são as mais diversas, desde características da personalidade de cada um até o próprio momento em que vivemos, marcado pela aceleração e pela volatilidade dos processos e das relações, a compressão cada vez maior do espaço e do tempo e a própria “obrigação de conquistar a felicidade”, alcançada à custa de mecanismos artificiais de alívio.

Os caminhos de manifestação dos episódios depressivos e de sua superação são revelados e interpretados pela autora com riqueza de detalhes, evidenciando outro aspecto que chama muito a atenção em seu relato: a generosidade. Eunice Mendes não nos sonega nenhuma de suas experiências nessa odisseia de recuperação: o papel curador do tratamento especializado, do trabalho, da alimentação, dos exercícios físicos, dos laços de amizade traduzidos em afeto e acolhimento. Numa sociedade que não tem tempo a perder, esta obra nos devolve a oportunidade de desenvolver uma sabedoria sobre a dor de viver.

Este livro inspirou o monólogo *Workshop Prático e Teórico: Como expressar uma dor*, do dramaturgo Aimar Labaki.

Eunice Mendes é pedagoga, professora de língua portuguesa e atriz, especialista em técnicas de comunicação para falar em público há trinta anos. Atuou nas TVs Globo, SBT, Bandeirantes e Cultura. Publicou os livros *Falar em público: prazer ou ameaça?*, *Comunicação sem medo* e *Falar bem é fácil*.

agwm editora e produções editoriais

rua nilo, 477 • aclimação • cep 01533-010 • são paulo – sp • tels.: (11) 3253 6840 e (11) 3283 1243

www.agwm.com.br • editorial@agwm.com.br