



PODCAST

Papo de Psiquiatra

Mindfulness

Atenção Plena, Compaixão e Prática Contemplativa

4 EPISÓDIOS

HOSTS

Dr. Marcelo Brañas

@drmarcelobranas



Dr. Marcos Croci

@drmarcoscroci



Dr. Pedro Rosa

@pedrogomesrosa



OUÇA EM



YouTube



Spotify

85

[Você Sabe Mesmo o que É Mindfulness?](#)

97

[Afinal, o que É Compaixão?](#)

87

[Mitos e Verdades sobre Mindfulness](#)

PL

[Série Mindfulness — Práticas Guiadas \(canal Dr. Pedro Rosa\)](#)

93

[Como Praticar Mindfulness?](#)

Compartilhe *livremente.*

*Distribua este PDF a colegas, pacientes e familiares.
Conteúdo psicoeducacional baseado em evidências.*

ACOMPANHE O PODCAST



YouTube

@PapodePsiquiatra



Spotify

Papo de Psiquiatra