

07/02/2023 09:48 - Sobrecarga mental provocada por streamings pode levar à ansiedade

Sabe aquela sensação de que todo mundo viu aquela série famosa menos você? Ou que você é a uma pessoa desatualizada porque não acompanhou a polêmica de um filme lançado? Pois é... Essa sobrecarga mental, o sentimento de frustração e de não pertencimento podem desencadear doenças como ansiedade e depressão se não forem percebidos a tempo.

Especialistas alertam que é necessário ficar atentos aos sinais desses transtornos silenciosos.

Fonte: TV Brasil

Notícias RO