

O abraço é uma forma de comunicação universal que dispensa palavras e faz autênticos milagres na nossa vida!

👉 Estudos confirmam que o gesto de abraçar aumenta os níveis de uma substância chamada oxitocina, que tem a particularidade de reduzir os estados de stress e ansiedade, aumentando a nossa felicidade e o nosso bem-estar.

😊 É tempo de investir nos afetos! Podemos começar pelos abraços! Então, um abraço para todos!



#notíciassbu