

[Assista aqui ao vídeo.](#)

Fernando Alves Paulino, terapeuta holístico e acupunturista de Vitória - ES, fala sobre técnica para respirar e controlar as emoções e ansiedade em tempos de isolamento social.

Contato do profissional: drfernandopaulino@gmail.com

Fonte: Real Grandeza, em 21.05.2020