

POLÊMICAS · DEPRESSÃO + ANSIEDADE — O CICLO INVISÍVEL



# O CICLO INVISÍVEL

## DEPRESSÃO + ANSIEDADE

*Vilazodona · Aymee · Protocolo PIN —  
quebre a roda que faz você acordar cansado.*

**12 páginas · Edição Premium · entrega imediata**

Longevidade Viva · [drpin.site](http://drpin.site)



— A PROVOCAÇÃO

**Não é só na cabeça.  
É no intestino, na tireoide, no sono.**

**62% dos brasileiros adultos** apresentam sintomas mistos de ansiedade e depressão (IBGE 2023). E o pior: tratam só um lado da moeda — antidepressivo sem trabalhar intestino, sono, vitamina D, B12 e ferritina.

**O ciclo é invisível:** ansiedade rouba o sono → sono ruim baixa serotonina → serotonina baixa vira depressão → depressão eleva cortisol → cortisol eleva ansiedade.



— CHAVE #01 · VILAZODONA / AYMEE

## O antidepressivo que não derruba a libido.

**Vilazodona** (nome comercial Aymee no Brasil) é ISRS + agonista parcial 5-HT<sub>1A</sub> — mesma eficácia da sertralina com **83% menos disfunção sexual** e ganho de peso neutro (Khan 2011, J Clin Psychiatry).

**Dose PIN:** iniciar 10 mg/dia × 7 dias com refeição (essencial!), subir 20 mg × 7d, alvo 40 mg. Pico em 4-6 semanas. Combina com bupropiona se anedonia persiste.