

CENTRO ESTADUAL DE EDUCAÇÃO TECNOLÓGICA
“PAULA SOUZA”
ESCOLA TÉCNICA ESTADUAL “PROFESSOR JADYR SALLES”
Técnico em Farmácia

Alberto Samuel da Cunha
Ana Laura Brandão Pissinatti
Rosilda da Silva Castro
Rosimeire Fernanda Rissi

O USO DE FITOTERÁPICOS NO TRATAMENTO DA ANSIEDADE

Porto Ferreira

2023

Alberto Samuel da Cunha
Ana Laura Brandão Pissinatti
Rosilda da Silva Castro
Rosimeire Fernanda Rissi

O USO DE FITOTERÁPICOS NO TRATAMENTO DA ANSIEDADE

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso Técnico em Farmácia da ETEC Profº Jadyr Salles, orientado pelo Profº. Marcos dos Santos Silva, como requisito parcial para obtenção do título de Técnico em Farmácia.

Porto Ferreira
2023

Dedicamos este trabalho a toda a população que se sentir afetada por nossa pesquisa, e também a todos que sofreram pela pandemia do Covid-19.

AGRADECIMENTOS

Agradecemos primeiramente a Deus, aos nossos familiares, amigos e especialmente aos professores que passaram por tudo isso conosco, dando o máximo para nos ajudar durante o curso.

Um agradecimento especial ao Professor Marcos Santos que com tanto carinho nos orientou do primeiro ao último dia; E também a Bárbara Marcantonio que não foi só auxiliar nem só professora, foi amiga e rede de apoio quando necessário.

*“Você nunca sabe a força que tem, até que sua
única alternativa é ser forte.”*

Johny Deep

RESUMO

Diversos fatores podem gerar ansiedade. Sabemos que a ansiedade é um sintoma natural do organismo, porém a ansiedade natural pode ser mais bem administrada e normalmente tende a se dissipar conforme o motivo que gera essa reação é resolvido. Ou seja, é natural sentir-se ansioso em provas, entrevistas de emprego ou outros eventos que se considera importante para a vida, contudo, depois da conclusão da ação, os sintomas se dispersam sozinhos. O foco deste trabalho será aquela ansiedade não natural. À primeira vista, acha-se que a introdução de medicações alopáticas no controle dessa patologia possa trazer efeitos positivos. A médio prazo, pode sim trazer efeitos positivos, mas a longo prazo elas podem gerar vários efeitos adversos. Esses efeitos vão de insônia, irritabilidade a alguns casos acompanhados de agressividade e estresse, pois quando utilizamos essa classe de medicamentos modificamos as funções naturais do sistema nervoso e, as utilizando constantemente, nosso sistema cria uma certa barreira, impedindo que seu efeito principal seja concluído. Vale ressaltar como o composto fitoterápico faz bem para o organismo humano, mas somente se for utilizado de maneira correta, prescrita por um profissional. Nessa terapia, a melhora significativa da patologia pode demorar, contudo os resultados são menos agressivos.

Palavras-Chave: Fitoterápicos; Ansiedade; Medicamentos Sintéticos.

ABSTRACT

A number of factors can generate anxiety. We know that anxiety is a natural symptom of the body, but natural anxiety can be better managed and usually tends to dissipate as the reason that generates this reaction is resolved. In other words, it is natural to feel anxious about tests, job interviews, or other events that one considers important in life, however, after the action is completed, the symptoms disperse on their own. However, the focus of this article will be on that unnatural anxiety. At first sight, it is thought that introducing allopathic medications to control this pathology may bring positive effects. In the medium term, they may bring positive effects, but in the long term they may generate several adverse effects. These effects range from insomnia, irritability, in some cases accompanied by aggressiveness and stress. Because when we use these drugs, we change the natural functions of the nervous system, and by using them constantly, our system creates a certain barrier, preventing its main effect from being completed. It is worth pointing out how the herbal compound is good for the human organism, but only if it is used in a correct manner, prescribed by a professional. In this therapy, the significant improvement of the pathology can take time, but the results are less aggressive.

Keywords: Herbal Medicines; Anxiety; Synthetic Drugs

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO.....	08
1.1. Problema.....	09
1.2. Hipótese.....	09
1.3. Justificativa.....	10
1.4. Objetivo Geral.....	10
1.5. Objetivo Específico.....	10
1.5.1. Medicamento Sintético e Medicamento Fitoterápico.....	10
1.5.2. Comparação entre Diazepam e Passiflora.....	10
1.5.3. Efeitos Adversos dos fitoterápicos.....	10
2. METODOLOGIA.....	11
2.1. Metodologia de pesquisa.....	11
3. DESENVOLVIMENTO.....	12
3.1. Medicamento Sintético.....	12
3.2. Medicamento Fitoterápico.....	12
3.3. Comparação entre Diazepam e Passiflora Incarnata.....	12
3.4. Efeitos Adversos dos fitoterápicos.....	14
4. GRÁFICOS.....	16
5. CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	19
6. REFERÊNCIAS.....	20
6.1. Anexos.....	22

1. INTRODUÇÃO

Na atual sociedade, vive-se em um mundo globalizado, rápido e veloz. Isso de forma geral é positiva, porém geram coisas negativas também. Segundo a O.M.S. (Organização Mundial da Saúde), a população brasileira é a mais ansiosa do mundo.

De acordo com pesquisas atuais, 25% das pessoas do Brasil possuem ansiedade (GONÇALVES, 2020). Sabe-se que a ansiedade é um sintoma natural do organismo, porém segundo Melo (2020), apesar de apresentar alguns sintomas parecidos, a ansiedade natural pode ser melhor administrada e normalmente tende a se dissipar conforme o motivo que causa essa reação é resolvido. Ou seja, é natural sentir-se ansioso em provas, entrevistas de emprego ou outros eventos que considera-se importante para a própria vida, contudo, depois de concluída a ação, os sintomas se dispersam sozinhos.

O foco desse trabalho, portanto, é a ansiedade não natural, pois a mesma prejudica todos aqueles que são afetados, trazendo sintomas preocupantes e ocasionais; que ao invés de ser em momentos pontuais, acaba-se virando algo frequente. Normalmente quando esses problemas são vistos pelos próprios pacientes, ou médicos que não são da área especializada são encaminhados para psicólogos e/ou psiquiatras.

Para tratar essa ansiedade não natural, o trabalho desenvolvido visa o tratamento fitoterápico. Precisa-se ressaltar como a biodiversidade natural no Brasil é vasta. Na nossa cultura já é muito disseminado o uso de chás, porém muitas vezes de maneira errada e indiscriminada.

Serão feitas ressalvas de como esses compostos naturais fazem bem para nosso organismo, mas somente se forem utilizados de maneira correta, prescrita por um profissional qualificado. Sabe-se que há reações adversas também na prática da fitoterapia, porém essas reações muitas das vezes são notadas em baixa frequência. Nessa terapia, a melhora significativa da patologia pode demorar, contudo os resultados são menos agressivos.

Todos compostos, mais naturais ou mais sintéticos possuem efeitos positivos e negativos, mas é sempre bom lembrar que a ingestão de substâncias externas,

naturais ou sintéticas mudam a bioquímica do nosso corpo internamente. Por isso se faz necessário a orientação de um profissional da área da saúde para realizar o uso dessas substâncias. Deve-se sempre lembrar que o cuidado conosco e com nossa saúde, utilizando sempre meios inteligentes e com resultados bons a longo prazo, é de extrema importância. Por isso, aborda-se a fitoterapia como uma possibilidade, por ser um meio natural e menos agressivo.

1.1. Problema

Os cuidados com a saúde são extremamente necessários, mas nem sempre medicamentos sintéticos são a melhor forma de realizar esse cuidado. Geralmente esses medicamentos possuem substâncias viciantes, ainda mais os medicamentos psicotrópicos. Deve-se sempre prestar atenção no que usamos para nossa saúde, porém as vezes não dá para fugir de medicações, pela gravidade da “doença”. Porém, os ansiolíticos sintéticos, além de viciar o paciente em questão, podem causar diversas reações adversas no organismo do paciente que utiliza do medicamento sintético. Por isso, foi decidido levantar a seguinte pauta: Realmente é necessário usar ansiolíticos sintéticos? Os ansiolíticos fitoterápicos não seriam uma melhor solução para a causa do problema?

1.2. Hipótese

Mediante a relevância do tema abordado, acredita-se que os fitoterápicos atuam de melhor forma no organismo, pois as drogas de fármacos de ansiolíticos sintéticos, apesar de inúmeros benefícios, também possuem enormes malefícios. Como por exemplo, alguns podem causar diversas reações adversas e levar os pacientes ao vício, se usado de maneira errada ou indiscriminada, levar ao óbito por overdoses, sendo propositais ou não. Sendo assim, busca-se levantar a hipótese de que o uso de fitoterapia para o controle de uma ansiedade generalizada seria de inúmeros benefícios, pois além do controle dessa enfermidade, não possuem drogas sintéticas viciantes e são em sua exclusividade recursos naturais.

1.3. Justificativa

Perante o cenário de pandemia que se viveu nesses dois últimos anos, segundo a OMS (2022) mais de 25% da população desencadeou ansiedade, este trabalho busca apresentar uma forma na hora de investir no tratamento fitoterápico e acabar com o pré-conceito que as pessoas têm com os medicamentos à base de plantas.

Desta forma, este trabalho visa orientar a população, apresentando uma alternativa medicamentosa mais saudável, pois em sua formulação contém de maneira exclusiva recursos naturais, ou seja, sendo extraído de plantas, ervas, raízes ou outras fontes naturais, sendo assim, menos tóxicos para o organismo que os medicamentos sintéticos.

1.4. Objetivo Geral

Este Trabalho de Conclusão de Curso visa uma abordagem direta sobre o uso de medicamentos fitoterápicos para ansiedade, desmistificando e trazendo à luz social os temas recorrentes de tal prática, pontuando-o e comparando-o com medicamentos sintéticos de mesma função, mas que age de maneira mais agressiva no Sistema Nervoso Central dos usuários.

1.5. Objetivos Específicos

1.5.1. Explanar os conceitos relacionados ao medicamento sintético e fitoterápico.

1.5.2. Analisar a diferença entre medicamento sintético, como por exemplo o Diazepam, em relação à medicamento fitoterápico como a Passiflora Incarnata.

1.5.3. Esclarecer os efeitos adversos do fitoterápico.

2. METODOLOGIA

2.1. Metodologia de Pesquisa

A pesquisa foi de cunho qualitativo e quantitativo. Utilizamos grande suporte do Google Acadêmico, que nos forneceu reportagens, artigos científicos de faculdades e reportagens de portais grandes de informação, como G1, Paho.org, Estadão, e também foi assistida a live de uma nutricionista no canal “Editora Atheneu Ltda”. A pesquisa foi voltada para toda a população que de certa forma apresenta aspectos de ansiedade. Foi realizada pesquisa de campo utilizando o Google Forms, que apresentou dados de grande importância para compreensão sobre o nível de conhecimento do público sobre o assunto que está sendo abordado neste trabalho.

3. DESENVOLVIMENTO

3.1. Medicamento sintético

Um medicamento sintético é um tipo de medicamento que é produzido artificialmente em um laboratório. Diferentemente dos medicamentos fitoterápicos, que são extraídos de fontes naturais, os medicamentos sintéticos são criados através da síntese química de moléculas.

Os medicamentos sintéticos em geral são moléculas pequenas, com estrutura química conhecida e compostos por dezenas ou poucas centenas de átomos. Em sua maioria, são auto administrados – tomados em forma de comprimido pelo próprio paciente – e usados em ambientes de cuidados primários e secundários. (Schueler, 2020)

Eles podem ser projetados para imitar ou alterar as propriedades de substâncias encontradas na natureza, mas são produzidos de forma controlada para garantir a pureza, eficácia e segurança. Exemplos de medicamentos sintéticos incluem anti-inflamatórios, analgésicos, antidepressivos, antipsicóticos, entre outros.

3.2. Medicamento fitoterápico

Segundo Souza (2023), “A **Fitoterapia** é uma prática milenar que usa as propriedades terapêuticas das plantas medicinais a fim de tratar doenças”.

Mas para melhor entender sobre os fitoterápicos, necessita-se partir para a origem da palavra fitoterapia. Essa palavra vem de origem grega: “phyton”, que significa “vegetal”, e “therapeia”, que remete a “tratamento”.

Porque nos primórdios, já existiam enfermidades, mas o que faziam sem medicamentos? Procuravam-se o alívio das dores em plantas e vegetais. Mas com o avanço das tecnologias, a fitoterapia passou a ser analisada mais de perto pelo campo científico e da medicina. No seu processo de desenvolvimento, elas acabam

produzindo ativos que apresentam esses efeitos terapêuticos para os seres vivos. O foco neste Trabalho de Conclusão de Curso será o tratamento do ser humano. Para filtrar as plantas boas, as ruins e as toxicidades presentes, este campo em questão começou a ser estudado.

Focando em entender as funções terapêuticas das plantas e vegetais como um todo; para prevenção, tratamento e cura de doenças. Têm como o objetivo de melhorar o organismo, ajudar no combate de doenças e atuar na prevenção de doenças. A fitoterapia pode ser manipulada ou industrializada, as imuPois, mesmo a planta in natura, também serve para tratamentos de enfermidades humanas. Médicos, nutricionistas, farmacêuticos, fisioterapeutas são alguns dos profissionais capacitados para indicar fitoterápicos aos seus pacientes.

3.3. Comparações entre Diazepam e Passiflora Incarnata

O diazepam tem como princípio ativo os benzodiazepínicos, já a passiflora incarnata tem flavonóides, alcaloides indólicos e ácidos fenólicos como princípio ativo.

A passiflora incarnata pode ser apresentada em comprimidos, cápsulas, xaropes, soluções, chás e extratos. O diazepam é apresentado em comprimidos de 5 mg a 10 mg, ampolas de 2ml concentração 10mg.

A farmacodinâmica do diazepam e da passiflora se parecem entre si, ambos agem no neurotransmissor GABA, deprimindo o SNC (Sistema Nervoso Central) deixando o usuário calmo, porém, a passiflora também realiza a inibição da enzima monooxidase MAO e o diazepam também realiza ação de relaxante muscular, sedativo e anticonvulcionante.

A farmacocinética deles assim como o tópico anterior se parece ambos podem ser ingeridos via oral, a partir da prescrição médica, mas o diazepam também pode ser administrado via intramuscular e intravenoso.

O diazepam é prescrito em estados de desequilíbrio do SNC, ansiedade, agitação, espasmos musculares e crises convulsivas. Já a passiflora incarnata é

prescrita em casos de ansiedade, insônia, tem efeito calmante e relaxante natural, age contra transtornos nervosos e também é indutor do sono.

O diazepam é contraindicado para pessoas com hipersensibilidade aos componentes da fórmula, idosos debilitados, pessoas com disfunção hepáticas e renais, sempre com um cuidado especial com grávidas e lactantes. A passiflora incarnata é contraindicada aos que buscam efeito imediato, grávidas, lactantes e alérgicos.

As possíveis reações adversas do diazepam são: colapso cardiovascular, taquicardia, bradicardia, palpitações, edema, dermatites, urticaria, diarreia, constipação, intolerância medicamentosa, dependência física e psíquica, danos na memória, tontura e desequilíbrio. A passiflora não apresenta normalmente reações adversas, porém, com o uso constante e dose altas causam náuseas e vômitos, dor de cabeça, taquicardia, sonolência.

O diazepam pode ter uma interação medicamentosa negativa com os seguintes tópicos: compostos químicos, psicoativos, álcool, narcóticos, fenobarbital, opióides, antialérgicos e medicamentos para HIV. A passiflora incarnata pode interagir negativamente com álcool, narcóticos, medicamentos com efeito hipnóticos e sedativos e também antialérgicos.

As informações supracitadas foram retiradas de bulas e artigos referentes a passiflora incarnata.

3.4. Efeitos Adversos da fitoterapia

A fitoterapia é a utilização de plantas medicinais para tratamento, e assim como qualquer outra forma de medicação, pode ter efeitos adversos. Alguns deles são:

1. Reações alérgicas: algumas pessoas podem apresentar reações alérgicas aos componentes das plantas medicinais;
2. Interações medicamentosas: algumas plantas podem interagir com medicamentos prescritos e afetar sua eficácia;

3. Toxicidade: algumas plantas medicinais podem ser tóxicas, especialmente quando mal utilizadas ou quando a dose correta não é seguida;
4. Problemas gastrointestinais: algumas plantas podem causar irritação estomacal, náuseas, vômitos e diarreia;
5. Efeitos psicotrópicos: algumas plantas medicinais possuem compostos que alteram o funcionamento do sistema nervoso e podem causar efeitos psicotrópicos como alucinações, delírios e ansiedade;
6. Problemas hepáticos: algumas plantas medicinais podem causar problemas no fígado, como lesões e inflamação hepática.

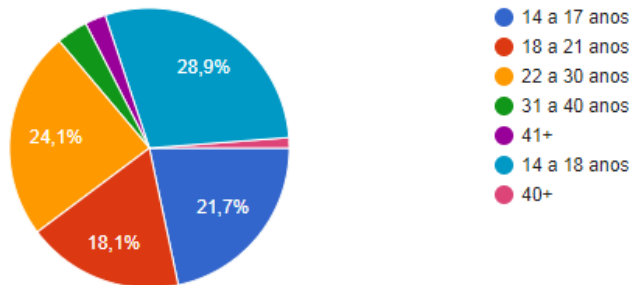
Para evitar esses efeitos adversos, é importante procurar orientação médica e utilizar as plantas medicinais de forma correta e responsável. Além disso, é importante evitar a automedicação e informar o profissional de saúde sobre o uso de plantas medicinais em conjunto com outros medicamentos.

4. GRÁFICOS

Qual sua idade?

83 respostas

 Copiar

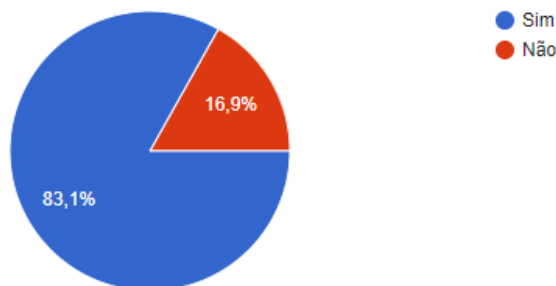


Na pesquisa de campo realizada obtivemos uma grande variação quanto à faixa etária dos respondentes. 28,9% tem de 14 a 17 anos, 18,1% de 18 a 21 anos, 24,1% de 22 a 30 anos.

Você sabe reconhecer os sintomas da ansiedade?

83 respostas

 Copiar

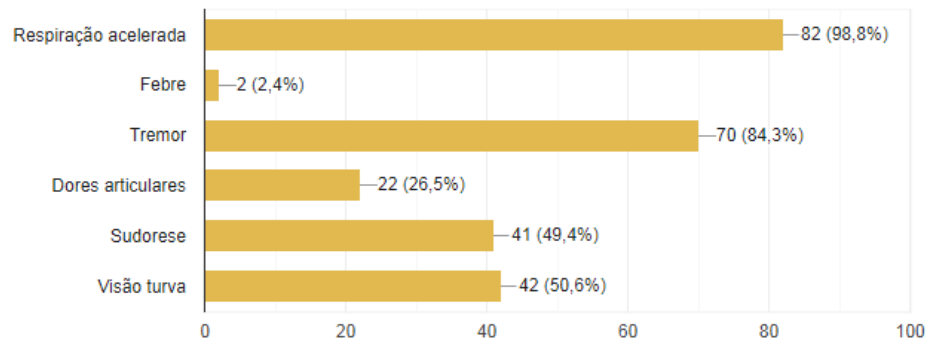


83,1% dos participantes da pesquisa, acreditam que reconhecer os sintomas da ansiedade, diferente de 16,9% que não sabem.

Selecione sintomas que você acredita serem de ansiedade:

 Copiar

83 respostas



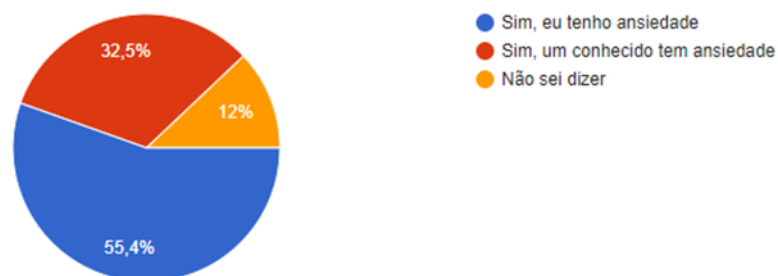
98,8% das pessoas acreditam que a respiração acelerada é um sintoma de ansiedade; apenas 2,4% das pessoas acreditam que a febre pode ser um sintoma de ansiedade; 84,3% das pessoas selecionaram tremor como sintoma de ansiedade; 26,5% das pessoas dizem que as dores articulares são um sintoma; 49,4% das pessoas acreditam que a sudorese é um sintoma de ansiedade e 50,6% das pessoas veem a visão turva como sintoma.

Segundo Assis (2022), “os sintomas de uma crise de ansiedade, que também são físicos, podem variar de pessoa para pessoa”.

Você tem ou conhece alguém que apresente sintomas de ansiedade?

 Copiar

83 respostas

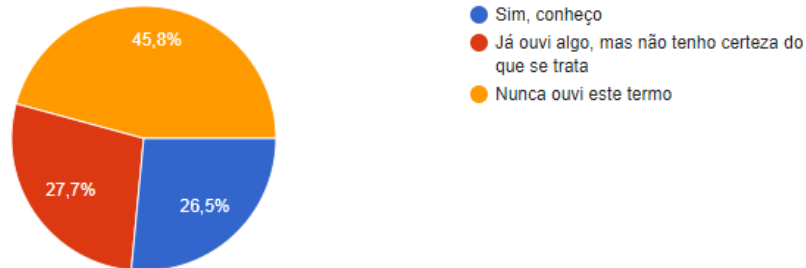


55,4% das pessoas que responderam a pesquisa apresentam sintomas de ansiedade. 32,5% conhecem pessoas que apresentam sintomas de ansiedade. 12% não souberam dizer.

Você sabe o que é fitoterapia?

 Copiar

83 respostas



26,5% souberam reconhecer o termo fitoterapia, enquanto 45,8% não souberam dizer do que se tratava. 27,7% acreditam ter ouvido o termo em algum lugar, mas infelizmente não sabem do que se trata.

Você sabe o que é alopatia?

 Copiar

83 respostas



12% souberam reconhecer o termo alopatia, enquanto 69,9% não souberam dizer do que se tratava. 18,1% acreditam ter ouvido o termo em algum lugar, mas não sabem do que se trata.

Logo, a partir dos dados observados consegue-se ter um parâmetro do tanto que as classes medicamentosas são desconhecidas pela população, em contrapartida pode-se observar que a ansiedade é algo que está em evidência e os seus sintomas são bem reconhecidos pelo público, principalmente o jovem.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Baseando-se pela pesquisa aprofundada que foi realizada, nas lives que foram assistidas e nos artigos que foram lidos, conclui-se que os medicamentos fitoterápicos são benéficos a nossa saúde, geram uma dependência medicamentosa menor e o efeito esperado é o mesmo se o paciente souber dosar e seguir a recomendação médica.

Deixando-os cientes disso, pode-se evitar muitos casos de dependência ao medicamento sintético, e apesar da dificuldade de enfrentar a indústria, este projeto influencia e tem cunho informativo positivo a todos que acessarem ele, além de quebrar barreiras de preconceito quanto ao seu uso para esta finalidade.

A população precisa ter consciência de todas as formas de tratamento que pode-se obter, que existe mais de uma maneira de tratar sintomas da ansiedade, e que a fitoterapia é uma classe medicamentosa real, que alcança o resultado esperado aos poucos, e que é mais saudável a longo prazo se for consumida corretamente e com prescrição médica. Portanto, precisa-se falar mais sobre essa classe de medicamento, mostra-la como tratamento sério e correto, sem barreiras de preconceito, por ser algo pouco dito socialmente.

6. REFERÊNCIAS

BRASIL, Agência de Vigilância Sanitária (ANVISA). **ALERTA Anvisa reforça riscos do uso de produtos “naturais” irregulares.** – 2022. Disponível em: <https://www.gov.br/anvisa/pt-br/assuntos/noticias-anvisa/2022/anvisa-reforca-riscos-do-uso-de-produtos-201cnaturais201d-irregulares>

– Acesso em: 16/09/2022.

BRASIL, Agência de Vigilância Sanitária (ANVISA). **Boletim de Farmacovigilância nº 01.pdf.** – 2020. Disponível em: <https://www.gov.br/anvisa/pt-br/centraisdeconteudo/publicacoes/monitoramento/farmacovigilancia/boletins-de-farmacovigilancia/boletim-de-farmacovigilancia-no-01.pdf/view>

– Acesso em: 16/09/2022.

BRASIL, Fiocruz. **Biofármacos e medicamentos sintéticos** - entenda as diferenças – 2020. Disponível em: <https://www.bio.fiocruz.br/index.php/br/noticias/1737-biofarmacos-x-medicamentos-sinteticos-entenda-as-diferencas#:~:text=Os%20medicamentos%20sint%C3%A9ticos%20em%20geral,de%20cuidados%20prim%C3%A1rios%20e%20secund%C3%A1rios>

– Acesso em: 05/06/2023.

BULA PASSIFLORA INCARNATA. Disponível em: https://img.drogasil.com.br/raiadrogasil_bula/54525.pdf

– Acesso em: 29/05/2023.

CAMPOS, S.C. et al. Scielo. **Toxicidade de espécies vegetais.** – 2016. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbpm/a/LYfYqbr4vBXqGXfxcqZqt/?lang=pt#>

– Acesso em: 16/11/2022.

ChromaTox. **O que é Diazepam, para que serve e quais os efeitos colaterais?** – 2022. Disponível em: <https://www.chromatox.com.br/blog/exame-toxicologico/diazepam/>

– Acesso em: 27/03/2023.

Clínica Creta, **Medicamentos biológicos x medicamentos sintéticos** – 2021. Disponível em: <https://www.clinicacreta.com.br/medicamentos-biologicos-x-medicamentos-sinteticos/>

– Acesso em: 02/06/2023.

Essentia. **O que é fitoterapia? Conheça a técnica e importantes ativos** – 2020. Disponível em: <https://essentia.com.br/conteudos/o-que-e-fitoterapia/>

– Acesso em: 29/05/2023.

Grupo encanto. **Ansiolíticos: O que são, efeitos, riscos e formas de uso** – 2022. Disponível em: <https://www.gruporecanto.com.br/blog/ansioliticos/>

– Acesso em: 17/04/2023.

LEITE, C. **Ansiedade: 5 tipos de transtornos de ansiedade** – 2022. Disponível em: <https://jc.ne10.uol.com.br/colunas/saude-e-bem-estar/2022/10/15099204-ansiedade-5-tipos-de-crise-de-ansiedade-veja-os-sintomas-e-como-tratar.html>
– Acesso em: 22/05/2023.

Monte Pascoal. **A atuação de fitoterápicos como ansiolíticos**. – 2020. Disponível em: <http://www.imontepascoal.com/noticias/07082020/a-atuacao-de-fitoterapicos-como-ansioliticos/>
– Acesso em: 25/11/2022.

NURSING. **Brasil é o país mais ansioso do mundo, segundo a OMS**. – 2022. Disponível em: <https://www.revistanursing.com.br/index.php/revistanursing>
– Acesso em: 25/11/2022.

O círculo saúde. **Os perigos do uso indiscriminado de ansiolíticos**. Disponível em: <https://www.ocirculosaude.com.br/dicas-de-saude/os-perigos-do-uso-indiscriminado-de-ansioliticos/>
– Acesso em: 25/11/2022.

OPAS. **Pandemia de COVID-19 desencadeia aumento de 25% na prevalência de ansiedade e depressão em todo o mundo**. – 2022. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/noticias/2-3-2022-pandemia-covid-19-desencadeia-aumento-25-na-prevalencia-ansiedade-e-depressao-em>
– Acesso em: 11/11/2022.

Pfizer. **A revolução dos medicamentos biológicos** – 2019. Disponível em: <https://www.pfizer.com.br/sua-saude/biossimilares/medicamentos-biologicos#:~:text=Medicamentos%20sint%C3%A9ticos%20%2D%20s%C3%A3o%20produzidos%20por,como%20plantas%20e%20micro%2Dorganismos> – Acesso em: 17/04/2023.

PINHEIRO, C. **Remédios contra obesidade sem aval da Anvisa têm venda proibida (de novo)** – 2021. Disponível em: <https://saude.abril.com.br/medicina/remedios-contra-obesidade-sem-aval-da-anvisa-tem-venda-proibida-de-novo/> – Acesso em: 25/11/2022.

SANTOS, A.P.M. et al. **Propriedades neuro psicofarmacológicas, compostos quimicamente ativos e uso medicinal da passiflora incarnata**. – 2020. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/21060> – Acesso em: 29/05/2023.

SILVA, C.L. et al. **Com ciência. Usos e abusos da fitoterapia**. Disponível em: <https://www.comciencia.br/dossies-1-72/reportagens/fito/fito2.htm#:~:text=A%20utiliza%C3%A7%C3%A3o%20inadequad a%20dos%20fitoter%C3%A1picos,de%20certos%20tipos%20de%20c%C3%A2nce> – Acesso em: 29/05/2023.

SOUSA, F.C.F. et al. Scielo. **Plantas medicinais e seus constituintes bioativos: uma revisão da bioatividade e potenciais benefícios nos distúrbios da ansiedade em modelos animais**. – 2009. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/rbfar/a/g9BJ47xJRb7S596bKGDkDWK/?stop=next&lang=pt&format=html> – Acesso em: 25/11/2022.

YOUTUBE. Live: Fitoterapia na Ansiedade. – 2020. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=_aweLE1_9Lc – Acesso em: 25/11/2022.

YOUTUBE. Vídeo: Passiflora: Para que serve? Como tomar? – 2020. Disponível em: <https://youtu.be/0ChRkG98Ry0> – Acesso em: 01/06/2023.

6.1. ANEXOS

CRONOGRAMA - PTCC	
Agosto	Identificação, contato inicial e definição do tema, pela base tecnológica 2. Ocorreu a troca de tema pois nos faltava informações.
Setembro	Afirmação do tema, pesquisas bibliográficas levantamento das informações por lives de especialistas. Separamos as funções por integrante.
Outubro	Iniciamos o arquivo do word, realizamos os objetivos, epígrafe, agradecimentos e dedicatória. Também seguimos com a pesquisa qualitativa.
Novembro	Fomos para a reta final do PTCC, finalizamos todas as etapas da Introdução e todas as etapas da Metodologia, as Referências e também as Considerações Finais, após a correção do professor realizamos todas as alterações que eram necessárias, finalizamos pesquisas e focamos na apresentação.
Dezembro	Última alteração do arquivo de word, produção e finalização do Power Point, e por fim a apresentação do PTCC.
CRONOGRAMA - DTCC	
Fevereiro	Revisão, retomamos o projeto e revisamos tudo que foi necessário, e recebemos o cronograma semestral do orientador.
Março	Realizamos as questões do forms para a pesquisa de campo, após as devidas respostas enviadas pelo público atingido, fechamos e finalizamos a pesquisa de campo.
Abril	Realizamos o abstract, iniciamos o desenvolvimento bibliográfico, enviamos a primeira versão do DTCC para o orientador e após suas devidas orientações, modificamos o que era necessário.

Maio	Inserimos os gráficos no arquivo, voltamos a realizar o desenvolvimento, modificamos tudo que necessário, arrumamos tudo que estava em primeira pessoa e partimos para a finalização do arquivo.
Junho	Ao finalizar o arquivo, realizamos o pptx para a apresentação.